ハンドボール界に衝撃波！
大同特殊鋼選手が不祥事

事件のいきさつ

逮捕された田口勝利と名取和成の供述を総合すると、次のとおりである。

田口と名取は、6月8日(土)神奈川県藤沢市で開かれたハンドボール日本リーグ大会に出場した後夜9時頃宿泊先の横浜市中区のビジネスホテルに帰って夕食をとったが、そこへ田口の中学時代の友人配管工見習渡辺寿直（23才、東京都練馬区在住）が訪ねて来たので三人で10時頃外出した。（ホテル外出時の所持金は田口二万五千円、渡辺二万一千円、名取四万円、合計七万六千円）

三人は、伊勢佐木町周辺の繁華街の一杯呑屋で酎ハイ6杯位ずつ呑み3人分約一万二千円を田口が支払い、渡辺は田口に全所持金一万一千円を渡した（合計残高二万四千円＋四万円）。三人は、2軒目のスナックのバーで水割り3、4杯ずつ呑んで三人分約一万八千円を田口が支払って（合計残高六千円＋四万円）外へ出、宿舎の方へ帰ろうとしたところ、通りで二人の女（商売人風）に男二人が口説いている風だったので「何しているんだ」と声をかけ通り過ぎたが、暗い通りへ出てしまったので引き返す際、（以下、起訴状の公訴事実原文のまま）

公訴事実

渡辺、田口は、6月9日午前1時55分ころ、横浜市中区伊勢佐木町二丁目八番地の七付近路上において、二人の男に言いがかりをつけて右両名から金員を喝取しようと企て、右両名に対し渡辺が「さっきから何やってんだ。女の子をひっかけてどこ行くんだ。あんまりふざけたまねするとこの辺歩けなくなるようにしてやるぞ。」「金貸してくれ。」などと、田口が「金貸してくれ。おれ達は泊る所がないんだ。」などとそれぞれ語気鋭く申し向けて金員を要求し、渡辺が一人の胸倉をつかんで付近路地内に連れ込み、両手で顔面を数回殴打するなどし、田口がもう一人に対し「大きな声を出すんなら出せ。その代り彼はどうなっても知らんぞ。」などと語気鋭く申し向けた上肩口をつかんで付近の路地内に引きずり込もうとしたが名取に「早く帰ろう」と言われて手を離したが、更に渡辺に加勢しようと相手の肩に手をかけたが、また名取に「よせよ」と言われて止めた。

相手の一人は渡辺の暴行により、加療約一週間を要する顔面、胸部挫傷の傷害を負ったというものである。

三人が宿の方へ向かう途中パトカーに会って職務質問を受け逮捕された。名取は、パトカーを見て怖くて宿へ逃げ帰ってから逮捕された。

なお、60年6月28日田口は起訴され、名取は不起訴処分となった。

日本協会の対応

日本協会は6月11日(火)午後5時から岸記念体育館において緊急常務理事会を開催し別記のとおり処分を決定した。また、日本協会の役員の責任については、渡辺強化部長、安藤日本リーグ運営委員長らから辞意の表明があったが、今回は大麻事件とは異なり一次的には一チームの選手の日常生活を含めた行動範囲から生じた事件であること、ナショナルチームの野田清監督は「鬼軍曹」と呼ばれる程ナショナル選手の日常生活も含めて指導は厳しくしていたこと、強化部長、専務理事も機会ある毎に選手に対し真の強化のためには個人の生活を自ら律する自覚が先決であることと強調していたこと、田口らは本人らの精進によりここ一年急速に成長し今回のような事件を起こすとは最も密接に接しているチーム関係者にも予測できなかったなどを考慮し、しかし、結果的にはこのような事件が発生したこと、国民、スポーツ愛好者及び日体協、JOC、文部省など関係者に対し多大の迷惑をかけたことについてはその重大さを認識するとともに、関係者に迷惑をかけないよう配慮して即刻厳しい対応をした大同特殊鋼の心情に思いを致し、日本協会関係者もその苦渋を同じくして、国民の信頼回復に最大の努力を傾注すべく、同日報道機関に対し別記のとおり声明を発表した。

6月23日(日)に開催された日本協会の評議員会で右常務理事会の決定は承認された。

大野専務理事談

「今回の事件は深酒をした上での偶発的な事件とはいえ、熱心なハンドボールの指導者および愛好者に与えた屈辱は余りにも大きいと言わなければなりません。大同特殊鋼の厳しい対応もそれを考慮してのことだと思いますが、私たち日本協会関係者の心情も全く同じで指導者ならびにファンの皆さんに心からお詫び申し上げます。

今後、ナショナル選手は勿論ですが、各チームに怠惰ムードはないか、選手個人に慢心はないか、チーム指導者とも意思疎通をよくして再点検する必要があります。

それから、今回のような私生活上のことになるとその指導は難しいですが、しかし、これも結局は本人の自覚の問題ですから、コーチおよび僚友が手を携えて心がければ不可能なことではありません。皆さんのご協力をお願いいたします。

処分

① 田口勝利、名取和成の両名は日本ハンドボール協会の競技者として登録を無期限に抹消する。

② 大同特殊鋼チームは、昭和60年6月11日から昭和61年3月31日まで、日本ハンドボール協会の管掌する競技会並びにその他の一切の試合に出場することを認めない。

③ 現在日本協会のナショナルチームのメンバーに登録されている全選手を辞退させるという大同特殊鋼チームの意向を尊重し、辞退を認める。

④ ナショナルチームの野田監督については、その辞任の意志を尊重し、その辞任を認める。

日本協会声明

日本ハンドボール協会は、今回の事態を重視し、国民並びに関係各位に衷心より陳謝するとともに、今回の事件を単なる一チームの選手管理上の問題として処理することなく、私達自身、選手並びに指導者に対する、人間形成の面での指導の重要性を一層深く認識し、一刻も早く国民の信頼を回復するよう最大の努力を傾注する決意である。

○第26回全日本実業団選手権（男子）

大同特殊鋼が圧倒的強さで二連覇を飾る

第26回全日本実業団選手権〈男子〉は、5月10日から12日までの3日間、愛知県体育館で開催された。

60年度最初の栄冠を目ざして10チームが参加、熱戦をくり広げた。昨年末全日本総合で6連覇を達成した湧永製薬が、準決勝で昨年のこの大会同様本田技研鈴鹿の前に敗れ去り、決勝はこの本田と大同特殊鋼という昨年と同じ顔合せとなった。

決勝は、この大会ベテランと若手がうまくかみ合っている大同が終始本田を圧倒、23―13という大差で降して2年連続10回目の優勝を飾った。

▼1回戦

本田技研爽風会 21〔11―9 10―5〕14 トヨタ車体

○…爽風会のGK橋本の好守が光った一戦だった。

爽風会は前半立ち上がりGKの好守と山野、松下のサイドシュートなどで、11分5―2とリードしペースをつかんだ。一方トヨタ車体は、前半終了間際松井の連続速攻などで9―11の2点差とした。

しかし、後半立ち上がりにトヨタ車体は藤長がサイドシュートを決め1点差としたものの、その後は爽風会のディフェンスを攻めあぐみ無得点が続いた。この間爽風会は真砂のカットインや山下の速攻などでリードを広げ、後半20分には19―11と試合を決定づけた。

〔車体〕

	選手	得
GK	宮田	0
GK	村林	0
FP	長野	1
FP	藤長	2
FP	萩原	3
FP	磯貝	1
FP	河村	1
FP	松井	5
FP	高井	0
FP	田村	0
FP	中島	1
FP	蓑田	0
PT	(1)	14

〔爽風会〕

	選手	得
GK	三宅	0
GK	橋本	0
FP	藤原	0
FP	香西	0
FP	山野	6
FP	真砂	5
FP	東	2
FP	船谷	4
FP	山下	4
FP	松下	0
FP	金沢	0
FP	横井	0
PT	(2)	21

（審・岩本 板倉）

トヨタ自動車 23〔10―11 13―11〕22 中村荷役

○…前半は両チーム共持ち味を生かした攻めでスタートした。先手は中村荷役・三尾の高い打点からのロング。対するトヨタ自動車は山内、香井の相手ミスからの速攻で得点を重ねた。以後両チーム共点の奪い合いとなり、前半は11―10と中村荷役がリード。

後半も中村荷役の優勢で試合は始まった。トヨタ自動車は前半にも増してシュートミスなどミスが目立ち始め、シュートコースの狙い過ぎがもとで相手の速攻を受けるというケースが続いた。しかし後半も中ばを経過した頃からにわかに中村荷役に疲れが出始めたのか、シュートの有効打は数少なくなる一方、トヨタはセットからの攻撃で確実に点を積み重ねていった。後半も終了間近、遂にトヨタは22―22と並んだ。結局、トヨタ自動車・相本の得点で逆転、23―22でトヨタが勝った。

〔中村〕

	選手	得
GK	石井	0
GK	末次	0
FP	坂口	2
FP	福士	7
FP	大木	1
FP	下戸成	6
FP	小野	1
FP	三尾	4
FP	塚田	0
FP	長原	1
FP	酒井	0
FP	窪田	0
PT	(1)	22

〔自動車〕

	選手	得
GK	生津	0
GK	中西	0
FP	坂口	4
FP	高木	2
FP	堀江	0
FP	乙子	1
FP	相本	3
FP	川田	5
FP	香井	7
FP	山内	1
FP	久本	0
FP	松永	0
PT	(4)	23

（審・福井 西沢）

▼2回戦

大同特殊鋼 32〔15―6 17―8〕14 本田技研爽風会

○…前半開始直後、大同は相手の攻撃を許さず一気に3点を先取した。大同の攻撃パターンはバラエティに富んでいて、打点の高いロングシュートから敏捷なカットイン・プレー、また小技のポストプレーまですべてに有効打が数多く見られる。それに対し爽風会の攻撃は、相手フリースローエリア内での組立てが難かしく、厳しい大同のディフェンス・チェックに有効打は数少なく、単発的な攻撃になってしまった。しかし、その中でも爽風会GK三宅の好守が光り、大同の速攻を数本防御したのが輝いている。前半は爽風会のパスミスも多く見られ、試合のペースは常に大同がリードし15―6で終了。

後半に入っても状況は相かわらず大同のリズムで進行していった。

〔爽風会〕

	選手	得
GK	三宅	0
GK	橋本	0
FP	藤原	0
FP	香西	2
FP	山野	1
FP	真砂	4
FP	東	0
FP	船谷	6
FP	山下	1
FP	松下	0
FP	金沢	0
FP	横井	0
PT	(5)	14

〔大同〕

	選手	得
GK	上村	0
GK	秋吉	0
FP	田口	8
FP	高村	1
FP	小野	2
FP	市川	4
FP	中本	3
FP	河井	2
FP	蒲生	5
FP	海江田	2
FP	内藤	5
FP	佐藤	0
PT	(1)	32

（審・日比 浅野）

約10分経過後、大同は24―7で勝利を確信したのか、蒲生、小野を引き上げさせた。結局、後半中ばの爽風会の追い上げむなしく、大同は32―14と引き離して準決勝へと駒を進めた。

日新製鋼 31〔14―11 17―11〕22 大崎電気

○…前半25分過ぎまでは一進一退のゲーム運びであったが、日新は西山、吉見の3連続シュートを決め、前半を14―11とした。

後半立ち上がりは互いに1点を取り合い、このまま接戦になるかと思われた。しかし、10分を過ぎたところで大崎は日新・西山にマンツーマンとしたが、日新はこの時に森、藤井らが次々と得点を決め、17分過ぎには25―15と差を広め、

〔大崎〕

	選手	得
GK	岡部	0
GK	矢内	0
FP	松岡	5
FP	東江	6
FP	武田	0
FP	首藤	5
FP	中田	0
FP	山本	4
FP	越迫	1
FP	菅田	0
FP	宮崎	0
FP	星野	1
PT	(2)	22

〔日新〕

	選手	得
GK	西川	0
GK	森田	0
FP	森	4
FP	徳田	2
FP	西山	9
FP	吉見	2
FP	甲斐	2
FP	藤井	8
FP	堀田	3
FP	一瀬	0
FP	高木	1
FP	脇若	0
PT	(3)	31

（審・板倉 岩本）

げることになった。
大崎は退場3回、一時は4名のディフェンスとなったことも痛かった。

湧永製薬 25 （13—11、12—7） 18 三陽商会

○…三陽の早いつぶしで、前半は1点を争う好ゲームとなった。15分過ぎまでリードされていた三陽は、左サイドの反則から得たPTなどを連続して砂川が決め、20分には8—7と逆転した。しかし湧永も玉村のPTで同点とした後カットインプレーや速攻で得点し前半13—11と再び逆転した。

湧永は後半立ち上がりに志賀が退場となったものの、その後三陽のパスミス、オーバーステップを誘い、荷川取がポストプレーを山本がパスカットからの速攻をたて続けに決めるなどして20分過ぎには22—12と差を広げた。25分過ぎ三陽も実方の左45度、山口のポストなどで反撃、27分過ぎには速攻ノーマークシュートをGK内野が好守するなどしたが、時すでに遅く、結果は湧永の楽勝となった。

〔湧永〕		得
GK	井藤	0
FP	池ノ上	3
	生駒	3
	玉村	5
	藤本	0
	志賀	5
	内田	0
	荷川取	2
	山本	6
	原田	1
	楢原	0
計	PT (3)	25

〔三陽〕		得
GK	大山	0
	内野	0
FP	関	2
	田口	1
	砂川	7
	山口	3
	石原	0
	実方	3
	清家	2
	安藤	0
	河村	0
	吉原	0
計	PT (6)	18

（審・小山、飼沼）

本田技研鈴鹿 29 （11—6、18—9） 15 トヨタ自動車

○…両チーム共立ち上がりミスが目立ちなかなか得点をあげることが出来なかった。しかし、5分過ぎ頃から本田技研鈴鹿が徐々にペースをつかみ、10分過ぎには4—0とリードした。トヨタ自動車もGK中西の好守によりペースに乗るかと思われたが、ミスが多くペースに乗れないまま前半を11—6と本田のリードで折り返した。

後半に入ると、本田技研の速攻が目立つようになり、徐々に点差が広がっていった。トヨタも香井のサイドシュートなどで反撃を行なうが、攻撃が単調となり得点をあげることが出来ず、最後まで本田技研鈴鹿のペースで終った。

〔自動車〕		得
GK	玉津	0
	中西	0
FP	坂口	2
	高木	0
	堀江	0
	乙子	0
	相本	2
	川田	3
	香井	6
	山内	1
	久本	0
	松永	1
計	PT (1)	15

〔鈴鹿〕		得
GK	大畑	0
	中尾	0
FP	佐々木	1
	三本松	2
	田野	4
	立木	2
	尾上	3
	玉井	3
	粟屋	7
	吉山	2
	田口	2
	坂本	3
計	PT (2)	29

（審・福井、西沢）

▼順位決定戦

三陽商会 27 （13—10、14—10） 20 トヨタ車体

○…試合開始直後、動きの固い三陽商会は、トヨタ車体GK宮田にPT、ノーマークシュートを好守され、苦しい滑り出しとなった。一方、トヨタ車体は長野、磯貝がカットイン、PTを確実に決め順調に滑り出した。しかし、15分過ぎ頃から徐々にエンジンのかかって来た三陽商会は、早い詰めによるディフェンスでトヨタ車体のミスを速攻に結びつけ、13—10とリードし、前半を終了した。

後半7分過ぎから三陽商会は、山口、実方の速攻などで10点を連取し完全にペースをつかんだ。しかし、残り10分にはトヨタ車体も速攻を決め追い上げたが、結局27—20で三陽商会が逃げ切った。

〔車体〕		得
GK	宮田	0
	村林	0
FP	長野	10
	藤長	1
	萩原	1
	磯貝	1
	河村	4
	松井	2
	高井	0
	田村	0
	中島	1
	簑田	0
計	PT (3)	20

〔三陽〕		得
GK	大山	0
	内野	0
FP	関	3
	田口	0
	砂川	3
	山口	8
	石原	0
	実方	3
	清家	9
	安藤	0
	河村	1
	吉原	0
計	PT (4)	27

（審・日比、浅野）

大崎電気 27 （16—7、11—12） 19 中村荷役

○…大崎の早いつぶしで中村の攻撃が思うように出来ず、シュートミスなどが目立った。それに比べ大崎はロングシュート、ポストプレーなどをからめた大きな攻めで着々を点差を広げた。前半の終盤、大崎のPTがGKの顔面を強打、それに発奮したのか、中村のディフェンスが締まり、残り5分は中村のペース、結局16—7の9点差で終了した。

後半の立ち上がりは、中村のポストプレーと三屋のロングが冴え中村ペースで始まったが、中盤はパスミス、シュートミスが多発しペースを乱し自滅していった。大崎は立ち上がりこそシュートミスなどが目立ったが、中盤はペースを取り戻し、着実に得点を広げた。終盤、中村が激しく追い上げたが、前半の失点が大きく、5点差までが精一杯であった。

〔中村〕		得
GK	石井	0
	末次	0
FP	坂口	0
	福士	5
	大木	2
	下戸成	5
	小野	0
	三屋	2
	塚田	3
	長原	0
	窪田	0
	酒井	2
計	PT (3)	19

〔大崎〕		得
GK	岡部	0
	矢内	0
FP	松岡	3
	東江	6
	武田	2
	首藤	5
	中田	4
	山本	2
	越迫	3
	菅田	0
	宮崎	0
	星野	1
計	PT (1)	27

（審・福井、西沢）

三陽商会 28 （17—6、11—9） 15 トヨタ自動車

○…立ち上がり三陽はパスカットから清家の速攻で先制点をあげその後も堅い守りから速攻、関のロングシュートなどで得点を重ねた。これに対して、トヨタも山内のロングシュート、相本のカットインで反撃するが、エース川田へのマークが厳しく、思うように得点があがらず、前半で17—6と大差がついてしまった。

後半に入っても三陽はディフェンスが良く、またポストやサイドからの多彩な攻撃で確実に得点していった。それに比べてトヨタは攻撃が単調で、田村のサイドシ

ュートで反撃するものの、前半の点差を縮めることが出来なかった。

〔自動車〕	得		得	〔三陽〕
玉津	0	GK	0	大山
中西	0	GK	0	内野
坂口	1	FP	5	関
高木	1	FP	0	河村
堀江	1	FP	1	田口
乙子	0	FP	0	吉原
相本	4	FP	5	砂川
川田	3	FP	7	山口
香井	2	FP	0	石原
山内	2	FP	4	実方
久本	1	FP	6	清家
松永	0	FP	0	安藤
(4)	15	PT	28	(4)
		審・日比、浅野		

大崎電気19（7―6、12―9）15本田技研爽風会

〇…本田のスローオフで始まった前半、本田・山下が先制、すぐに大崎・山本が同点に。その後両チームGKの好守もあってせり合いとなったが、前半終了5秒前、大崎・東江の得点で大崎1点リードで前半を終了。

後半は、大崎が松岡、山本の両者で得点を重ね、本田は船谷と山下の得点で追いすがるがその差は縮まらない。後半開始10分ぐらい本田GK橋本の速攻のスローミスが2本続き、これから試合の流れが大崎へ移った。その後、大崎・

〔爽風会〕	得		得	〔大崎〕
三宅	0	GK	0	岡部
橋本	0	GK	0	矢内
香西	0	FP	6	松岡
山川	0	FP	2	東江
山野	1	FP	4	武田
真砂	3	FP	2	首藤
東	1	FP	1	中田
船谷	6	FP	4	山本
山下	4	FP	0	越迫
松下	0	FP	0	菅田
金沢	0	FP	0	宮崎
横井	0	FP	0	星野
(2)	15	PT	19	(2)
		審・福井、西沢		

松岡の豪快なロングシュートが決まり始め、本田を突き放した。

何度もファインプレーで観客を湧かせてくれた両チームGKの好守は見事であった。

▼準決勝

大同特殊鋼28（14―9、14―6）15日新製鋼

〇…先手を取ったのは大同、開始3分、高村からのパスを受けた中本がポストからのシュートを決め、好調なスタートを切った。しかし、日新の堅い守りに手こずり波に乗り切れない。一方日新は、西山、森、吉見の活発な攻めにより前半10分、3―5と2点差で追う好ゲームとなった。前半中ばからようやく大同ペースとなり、蒲生、市川らによる多彩な攻めにより14―6と大同リードで折り返した。

後半も先手を取ったのは大同。開始早々の1分、中本の速攻で1点をもぎ取った。これでペースをつかんだかに見えたが、日新は守りで頑張りを見せ、打点の高い攻めをしのいだ。しかし、日新は攻

〔日新〕	得		得	〔大同〕
西川	0	GK	0	上村
森田	0	GK	0	秋吉
森	1	FP	6	田口
徳田	0	FP	4	高村
西山	3	FP	3	小野
吉見	2	FP	6	市川
甲斐	3	FP	3	中本
藤井	6	FP	0	河井
堀田	0	FP	3	蒲生
一瀬	0	FP	0	海江田
高本	0	FP	1	内藤
脇若	0	FP	2	佐藤
(4)	15	PT	28	(2)
		審・小山、飼沼		

めに今一つの切れがなく、ペースをつかみきれない大同を押さえることが出来なかった。

本田技研鈴鹿22（9―10、13―10）20湧永製薬

〇…前半、湧永・池ノ上のロングがいきなり決まったが、本田もPTを決め一進一退の展開。両チーム共ディフェンス、GKの活躍で10―9と湧永の1点リードで前半を終了。

後半立ち上がり、本田の連係プレーが決まりまず同点。その後互いに点を取り合い、残り8分、18―17と本田が後半初めてリード。湧永も再び追いついたが、しかし、本田は田口、坂本で再び突き放し、残り1分で3点差として勝負を決めた。

〔湧永〕	得		得	〔鈴鹿〕
井藤	0	GK	0	大畑
		GK	0	中尾
池ノ上	7	FP	1	佐々木
生駒	1	FP	0	三本松
玉村	2	FP	0	田野
藤本	2	FP	3	立木
志賀	2	FP	1	尾上
中川	0	FP	1	玉井
荷川取	1	FP	6	粟屋
山本	3	FP	1	吉山
原田	2	FP	4	田口
酒巻	0	FP	5	坂本
(2)	20	PT	22	(3)
		審・板倉、岩本		

▼9位決定戦

トヨタ車体18（11―5、7―9）14中村荷役

〇…前半、中村のスローオフで始まった。開始3分、トヨタの松井が中央にカットインを決め、得点をあげその後も萩原、松井のポストシュート、藤長の速攻やGK宮田の好守で、前半11―5と試合を有利にした。

後半に入って中村のペースとなり、中村は相手のシュートミスを誘って小野、三尾の速攻で点差を縮めたが、前半の差が響いた。トヨタ車体は、得点源の長野が厳しくマークされたが、河村のポストシュート、ミドルシュートと得点を決めて勝ちを決定づけた。

〔中村〕	得		得	〔車体〕
石井	0	GK	0	宮田
末次	0	GK	0	村林
酒井	3	FP	2	長野
坂口	0	FP	4	藤長
福士	2	FP	2	萩原
大木	1	FP	1	泉
下戸成	0	FP	1	磯貝
小野	3	FP	3	河村
三屋	3	FP	4	松井
塚田	0	FP	0	田村
長原	1	FP	1	中島
窪田	1	FP	0	蓑田
(2)	14	PT	18	(2)
		審・日比、浅野		

▼7位決定戦

本田技研爽風会20（10―7、10―12）19トヨタ自動車

〇…立ち上がり爽風会はペースをつかみ、5分過ぎに3―1とリードした。しかし、その後は両チームともミスが出始め、ペースに乗り切れず前半を10―7と爽風会リードで折り返した。

後半開始早々、爽風会はトヨタのミスにつけ込み、5分過ぎには14―9とリードし、このままペースに乗るかに見えた。しかし、その後トヨタも乙子のサイドシュート、香井の速攻などで反撃し、18分過ぎに同点に追いついた。その後爽風会先行の形で1点を取り合

う展開となったが、大事なところでトヨタがPTをはずすなどのミスを犯し、爽風会が辛くも逃げ切った。

得	〔爽風会〕		〔自動車〕	得
0	三宅	GK	玉津	0
0	橋本		中西	0
1	香西	FP	坂口	1
0	小川		平野	1
0	山野		高木	0
3	真砂		堀江	0
4	東		乙子	4
6	船谷		川田	9
6	山下		香井	3
0	松下		山田	0
0	金沢		久本	0
0	横井		松永	1
		(審・飼沼 小山)		
20	(3)	PT	(3)	19

▼5位決定戦

大崎電気26 (13－11、8－10、4－3、1－0) 24三陽商会

〇…試合開始早々速攻合戦となり、両チームコート内を激しく行きかうが、何れのシュートもGKに阻まれ決定打とならない。特に三陽はGKの守りが堅くやや優勢だったが、途中から大崎のロングシュートが決まりだし、大崎優勢のまま前半を終えた。

後半は、始めのうちは互いに攻めあぐねていたが、10分過ぎぐらいから再び速攻合戦となる。大崎の高さを生かした攻撃と三陽のポストプレーが目立った。終了30秒前三陽のシュートが決って同点となり延長戦となった。

延長戦では1点ずつを取り合う形が続いたが、三陽に決定打がなく、結局26－24で大崎が勝利を収めた。

得	〔大崎〕		〔三陽〕	得
0	岡部	GK	大山	0
0	矢内		内野	0
5	松岡	FP	関	4
1	東江		田口	1
5	武田		砂川	3
9	首藤		山口	10
2	中田		石原	0
3	山本		実方	6
1	越迫		清家	0
0	菅田		安藤	0
0	宮崎		河村	0
0	星野		吉原	0
		(審・板倉 岩本)		
26	(0)	PT	(1)	24

昨年と同じ顔合せの決勝戦、大同が大差でふり切る
(写真は大同・小野のシュート)

▼3位決定戦

湧永製薬27 (15－5、12－13) 18日新製鋼

〇…開始30秒、日新・藤井がいきなりディフェンスの間をぬうシュートで先行したが、2分過ぎ、湧永の酒巻のロングシュートで1点を返し、その後は互いに取って取り返すといったシーソーゲームが展開された。15分過ぎに湧永・玉村、池ノ上のシュートで2点差にしたが、すぐに日新も藤井の連続シュートで追いつき、結局13－12と湧永の1点リードで前半終了。

後半に入ると湧永の4連続ゴールでスタート。その後日新も3点を返すが、10分過ぎから湧永は9連続得点をあげて勝負を決めた。

得	〔湧永〕		〔日新〕	得
0	井藤	GK	西川	0
			谷	0
5	池ノ上	FP	森	3
6	生駒		徳田	1
7	玉村		西山	5
3	志賀		吉見	1
0	中川		甲斐	0
0	内田		藤井	7
1	荷川取		堀田	1
0	原田		一瀬	0
0	楢原		高木	0
5	酒巻		脇若	0
		(審・飼沼 小山)		
27	(4)	PT	(3)	18

▼決勝

大同特殊鋼23 (12－5、11－8) 13本田技研鈴鹿

〇…開始直後、本田・坂本のサイドシュートで先行。しかし、本田は大同の詰めの早いディフェンスにセットでの攻撃がなかなか得点に結びつかず、ペナルティースローによる得点と単発的なサイドシュートに攻撃が片寄ってしまった。

対する大同は、フリースローからポストへの攻撃を中心に、田口、高村が良く動き、高打点からシュートを決めた。

後半5分まで両チーム接戦となりなかなか点差が広がらず3点差のまま。しかし、5分過ぎから15分間、本田は大同ディフェンスを攻めあぐんで無得点。その間に、大同は田口、中本コンビによるポスト、ロングとうまく攻め確実に得点を重ねる。

本田はラスト5分若手中心になった大同を攻め、結局10点差でタイムアップ。

得	〔大同〕		〔鈴鹿〕	得
0	上村	GK	大畑	0
0	秋吉		中尾	0
6	田口	FP	佐々木	1
3	高村		三本松	0
3	小野		田野	0
1	市川		立木	3
7	中本		尾上	0
0	河井		玉井	1
1	蒲生		粟屋	1
0	海江田		吉山	1
2	内藤		田口	2
0	佐藤		坂本	4
		(審・板倉 岩本)		
23	(0)	PT	(4)	13

第26回全日本実業団選手権 （女子）

大崎電気が昨年に続き"女王"の座に

第26回全国実業団選手権〈女子〉は、5月8日から10日までの3日間、大阪市中央体育館で開催された。この大会、昨年末全日本総合で初優勝を飾った日立栃木が2回戦でジャスコに敗れ去り、決勝は大崎電気と立石電機という昨年と同じ顔合せとなった。雪辱に燃える立石が前半いい出足でリードを奪ったが、次第に大崎が反撃、前半終了間際に逆転、後半の出足から一気に加点して立石を突き放し、2年連続3回目の女王の座についた。（戦評用紙が掲載分しか報告がありませんでした）

▼1回戦

東京重機 18〔10－5、8－4〕9 ソニー国分

〔重機〕		得
GK	深瀬	0
GK	石井	0
FP	山崎	1
FP	市川	6
FP	大川	1
FP	中本	0
FP	松尾	0
FP	古谷	2
FP	大林	0
FP	矢田	3
FP	安田	5
FP	星	0
計	PT (5)	18

〔ソニー〕		得
GK	阿多石	0
GK	斜木	1
FP	光瀬	0
FP	石丸	0
FP	久木田	2
FP	馬渡	3
FP	中村	0
FP	山下	0
FP	山口	1
FP	藤元	2
FP	江崎	0
計	PT (2)	9

（審・中根・秋山）

日立栃木 26〔9－8、17－3〕11 ムネカタ

〔日立〕		得
GK	葛生	0
GK	岡本	0
FP	手打	3
FP	前田	8
FP	清水	1
FP	土屋	0
FP	吉田	3
FP	神永	1
FP	山岸	4
FP	井沢	5
FP	山口	0
FP	菅原	1
計	PT (0)	26

〔ムネ〕		得
GK	遠藤	0
GK	清水	0
FP	藤谷	0
FP	岡部	3
FP	吉田	0
FP	小林	3
FP	海野	0
FP	酒井	4
FP	和知	0
FP	田村	0
FP	太田	1
FP	佐藤	0
計	PT (1)	11

（審・丸谷・奥田）

大和銀行 25〔12－5、13－7〕12 北国銀行

〔大和〕		得
GK	高浜	0
GK	増見	0
FP	秋成	0
FP	上西	2
FP	川添	4
FP	若水	1
FP	植田	5
FP	天谷	3
FP	前田	0
FP	丸田	5
FP	佐々木	0
FP	上村	5
計	PT (4)	25

〔北国〕		得
GK	辻	0
GK	新宅	0
FP	中川	5
FP	林	0
FP	丹後	0
FP	中田	2
FP	松下	3
FP	荒	1
FP	丸山	0
FP	小玉	1
FP	吉田	0
FP	川崎	0
計	PT (2)	12

（審・前川・秋永）

日本ビクター 26〔12－8、14－7〕15 シャトレーゼ

〔日ビ〕		得
GK	渡辺	0
GK	小口	0
FP	中根	2
FP	門脇	2
FP	武藤	6
FP	長田	10
FP	遠藤	2
FP	下條	0
FP	平松	0
FP	根本	0
FP	宮川	[illegible]
FP	太田	[illegible]
計	PT (2)	26

〔シャト〕		得
GK	丸山	0
GK	成島	0
FP	渡辺	0
FP	島崎	5
FP	海道元	2
FP	松沢	0
FP	小菅	0
FP	百瀬	0
FP	金子	0
FP	武田	0
FP	平田	1
FP	海道昭	2
計	PT (4)	15

（審・島崎・井上）

▼2回戦

大崎電気 33〔14－8、19－9〕17 東京重機

〔大崎〕		得
GK	梅野	0
GK	藤田	0
FP	宮嶋	5
FP	石井	0
FP	時實	5
FP	徳渕	3
FP	沖山	0
FP	深沢	0
FP	塩谷	1
FP	李相玉	7
FP	李京姫	4
FP	松尾	8
計	PT (2)	33

〔重機〕		得
GK	深瀬	0
GK	石井	0
FP	山崎	0
FP	市川	0
FP	大川	5
FP	中本	0
FP	松尾	1
FP	古谷	1
FP	矢田	4
FP	安田	4
FP	星	0
FP	大林	0
計	PT (1)	17

（審・中根・秋山）

ジャスコ 25〔13－10、12－7〕17 日立栃木

〔ジャ〕		得
GK	木村	0
GK	小深田	0
FP	寺沢	7
FP	石田	1
FP	伊勢	3
FP	三木	4
FP	宮本	1
FP	十丸	1
FP	野村	2
FP	近藤	5
FP	服部	1
FP	徳重	0
計	PT (2)	25

〔日立〕		得
GK	葛生	0
GK	岡本	0
FP	手打	1
FP	前田	10
FP	清水	1
FP	土屋	1
FP	吉田	2
FP	神永	0
FP	山岸	0
FP	井沢	2
FP	中村	0
FP	尾苗	0
計	PT (6)	17

（審・秋永・前川）

準決勝のブラザー対立石。
ブラザーがよく健闘したが及ばなかった。

ブラザー工業 28〔11－11、17－7〕18 大和銀行

〔ブ工〕		得
GK	畑添	0
GK	大藪	0
FP	荒木	2
FP	小池	12
FP	赤井	3
FP	中村	3
FP	太田	2
FP	久保田	0
FP	奥山	2
FP	森山	1
FP	松下	3
FP	黒山	0
計	PT (3)	28

〔大和〕		得
GK	高浜	0
GK	増見	0
FP	秋成	0
FP	上西	6
FP	川添	0
FP	若水	2
FP	植田	2
FP	天谷	1
FP	前田	0
FP	丸田	5
FP	佐々木	0
FP	上村	2
計	PT (8)	18

（審・丸谷・奥田）

立石電機 22〔10－8、12－4〕12 日本ビクター

〔立石〕		得
GK	荒木	0
GK	竹下	0
FP	是枝	0
FP	近藤	1
FP	亀園	1
FP	岩村	0
FP	池上	3
FP	江口	3
FP	山内	5
FP	野嶋	6
FP	ビスニッチ	2
FP	長谷川	1
計	PT (4)	22

〔日ビ〕		得
GK	渡辺	0
GK	小口	0
FP	中根	2
FP	門脇	0
FP	武藤	5
FP	長田	1
FP	遠藤	0
FP	枝川	0
FP	下條	2
FP	根本	0
FP	宮川	2
FP	太田	0
計	PT (1)	12

（審・島崎・井上）

▼敗者戦

北国銀行 23〔16－8、7－9〕17 ソニー国分

○…ソニー国分・光瀬が先制。対する北国銀行もキャプテン中川で追いかけ、10分まで互角の戦い。

初出場のソニーは、2試合目とあってリラックスしており、藤元のロング、大和銀行から移籍の馬渡の速攻で一気に3点リード、結局前半は9－7で折り返す。
後半に入ってディフェンスの甘くなったソニーに、北国は中川、中田のロングで逆転、ソニーも粘ったがリードされてからのゲーム展開ではプレーにミスが目立ち、最後3分間には連続得点を許し、北国に一日の長をゆずった。

	〔ソニー〕	得
GK	阿多石	0
FP	斜木	2
	光瀬	1
	石丸	0
	久木田	1
	馬渡	4
	中村	0
	山下	1
	山口	1
	藤元	7
	江崎	0
PT	(0)	17

	〔北国〕	得
GK	辻	0
	新宅	0
FP	中川	8
	林	2
	丹後	3
	中田	3
	松下	2
	荒	2
	丸山	0
	小玉	3
	吉田	0
	川崎	0
PT	(2)	23

（審・丸谷・奥田）

シャトレーゼ 22（12－8、10－8）16 ムネカタ

○…シャトレーゼの海道昭が長身を利してのロングを簡単に決めて先行した。この2点を常に追う形でムネカタのゲーム展開となり前半を10－8で折り返した。
後半に入って海道昭のシュートがムネカタのゴールにさく烈、連続5点と7点のリードを奪ったシャトレーゼは、以後前半には使わなかった速攻、サイド、ポストと多彩なプレーで圧倒。
ムネカタは、小林の健闘が光った一戦だった。

	〔ムネ〕	得
GK	遠藤	0
	清水	0
FP	藤谷	0
	岡部	6
	吉田	1
	小林	5
	海野	0
	酒井	4
	和知喜	0
	田村	0
	太田	0
	佐藤	0
PT	(0)	16

	〔シャト〕	得
GK	丸山	0
	成島	0
FP	渡辺	1
	島崎	4
	海道元	1
	松沢	3
	百瀬	1
	金子	0
	武田	3
	平田	0
	海道昭	8
	小林	1
PT	(2)	22

（審・前川・秋永）

東京重機 16（12－5、4－7）12 大和銀行

○…大和銀行は、立ち上がり上西、天谷、植田と3点を連取して好調を伺わせたが、山崎、安田の得点。東京重機も冷静さを取り戻し、前半8点を1人で叩き出した安田の大活躍で12－5と重機リードで折り返す。
後半も立ち上がりは大和が2点を先取。更にノーマークのチャンスを2回はずして得点が止ってしまった。一方重機は、大林の速攻、古谷のサイドと得点を重ね、10分で勝負を決め、余裕あるプレーを随所に見せて楽勝した。

	〔大和〕	得
GK	高浜	0
	増見	0
FP	秋成	0
	上西	2
	川添	0
	若水	0
	植田	1
	天谷	3
	丸田	1
	佐々木	2
	上村	3
	赤瀬	0
PT	(3)	12

	〔重機〕	得
GK	深瀬	0
	石井	0
FP	山崎	0
	市川	2
	大川	0
	中本	0
	松尾	0
	古谷	3
	大林	3
	矢田	0
	安田	8
	星	0
PT	(2)	16

（審・丸谷・奥田）

日立栃木 22（11－10、11－7）17 日本ビクター

○…日本ビクターは、日立栃木の変型1・5ディフェンスの早い詰めにとまどい攻撃のリズムが合わず、前半10分よりシュートらしいシュートがなく、ペナルティーを含めて2得点とリズムを崩す。一方、日立はGKの好守と3連続速攻で加点。
後半、互角の戦いに見えたが、ビクターは相手防御ラインを崩せず、一方日立は速攻により加点、ビクターは17得点中速攻2点、ペナルティ7点と日立の防御ラインを崩すことが出来なかったかが知ることが出来る。
速攻得点が日立9点、ビクター2点と帰陣の速さなど、体力、技術、攻、防とも日立が優位であった。

	〔日ビ〕	得
GK	渡辺	0
	小口	0
FP	中根	1
	門脇	0
	武藤	2
	長田	9
	遠藤	0
	枝川	0
	下條	2
	根本	2
	宮川	1
	太田	0
PT	(8)	17

	〔日立〕	得
GK	葛生	0
	岡本	0
FP	手打	3
	前田	8
	清水	1
	土屋	2
	吉田	1
	山岸	2
	井沢	5
	山口	0
	菅原	0
	尾苗	0
PT	(2)	22

（審・前川・秋永）

▼準決勝

大崎電気 30（14－7、16－10）17 ジャスコ

○…両チームとも立ち上がり3点まではシーソーゲーム。先に大崎電気が李京姫の得点で抜け出る。大崎は両李を中心に得点、特に李京姫のシュート及びパスが生き、16点を取る。一方、ジャスコは李京姫にふり回されている感じでディフェンスが甘くなるのと、シュートが大崎GKに好守された。
後半に入ると、大崎はたて続けに6点をゲット、試合を決定づけた。
全体的に見て抜け出た大崎がやることをすべて成功し、逆にジャスコは裏目になる。

	〔ジャ〕	得
GK	木村	0
	小深田	0
FP	寺沢	6
	石田	0
	伊勢	2
	三木	4
	宮本	0
	十丸	0
	野村	1
	近藤	2
	服部	1
	徳重	1
PT	(1)	17

	〔大崎〕	得
GK	梅野	0
	藤田	0
FP	宮嶋	3
	石井	5
	時實	7
	徳渕	3
	沖山	0
	深沢	0
	塩谷	0
	李相玉	4
	李京姫	8
	松尾	0
PT	(2)	30

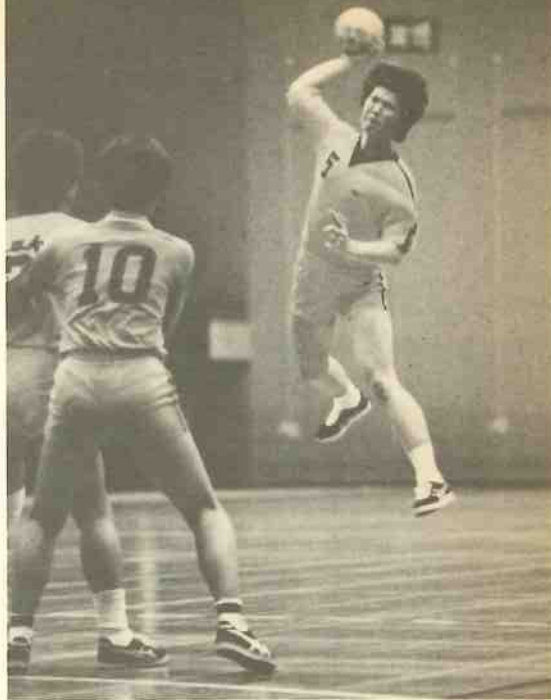
（審・島崎・井上）

立石電機 26（13－9、13－11）20 ブラザー工業

○…攻防にミスが少なく総合力に勝った立石電機が、後半小池に疲れが見えたブラザー工業をふり切った。
前半、ブラザーが良い立ち上がりを見せたが、立石が9分に追い

	〔ブ工〕	得
GK	畑添	0
	大薮	0
FP	荒木	2
	小池	11
	赤井	1
	中村	3
	太田	3
	久保田	0
	奥山	0
	森山	0
	松下	0
	黒山	0
PT	(3)	20

	〔立石〕	得
GK	荒木	0
	竹下	0
FP	是枝	1
	近藤	0
	亀園	3
	岩村	1
	池上	3
	江口	0
	山内	4
	野嶋	6
	ビスニッチ	6
	長谷川	2
PT	(6)	26

（審・中根・秋山）

つき、一進一退の白熱した攻防を見せた熱戦だった。特に8得点をあげたブラザー・小池の活躍が目をひいた。
　立石は最後までリズムを崩さず素晴しい攻防に終始した。

▼11、12位決定戦

ソニー国分 18（8−7, 10−9）16 ムネカタ

得	〔ソニー〕		〔ムネ〕	得
0	阿多石	GK	遠藤	0
0	斜木		清水	0
2	光瀬	FP	藤谷	0
0	石丸		岡部	4
4	久木田		吉田	2
4	馬渡	（審・前川 秋永）	小林	4
0	中村		海野	1
2	山下		酒井	5
1	山口		和知喜	0
5	藤元		田村	0
0	江崎		太田	0
			佐藤	0
18	(1)	PT	(0)	16

▼9、10位決定戦

北国銀行 29（11−4, 28−5）9 シャトーレーゼ

得	〔北国〕		〔シャト〕	得
0	辻	GK	丸山	0
0	新宅		成島	0
4	中川	FP	渡辺	2
7	林		島崎	2
5	丹後		海道元	1
0	中田	（審・中根 秋山）	松沢	2
3	松下		海道照	0
3	荒		星野	0
1	川崎		百瀬	1
0	丸山		金子	0
4	小玉		武田	0
2	吉田		平田	1
29	(1)	PT	(0)	9

▼7、8位決定戦

日本ビクター 20（10−9, 10−4）13 大和銀行

得	〔日ビ〕		〔大和〕	得
0	渡辺	GK	高浜	0
0	小口		増見	0
4	中根	FP	秋成	0
0	門脇		上西	1
2	武藤		若水	1
6	長田	（審・奥田 丸谷）	植田	2
0	遠藤		天谷	3
6	下條		丸田	4
1	根本		西野	0
0	宮川		佐々木	0
1	工藤		上村	2
0	太田		赤瀬	0
20	(1)	PT	(2)	13

決勝戦、大崎・石井のシュート

▼5、6位決定戦

日立栃木 23（10−8, 13−6）14 東京重機

得	〔日立〕		〔重機〕	得
0	葛生	GK	深瀬	0
0	岡本		石井	0
0	手打	FP	山崎	1
5	前田		市川	5
2	清水		大川	0
1	土屋	（審・中根 秋山）	中本	0
3	吉田		松尾	0
1	山岸		古谷	2
8	井沢		大林	0
0	山口		矢田	0
0	菅原		安田	4
3	尾苗		星	0
23	(4)	PT	(4)	12

▼3、4位決定戦

ブラザー工業 23（11−8, 12−8）16 ジャスコ

◯…両チームとも0・6の防御、ダブルポストによる攻撃法で試合が始まった。開始早々、ジャスコは伊勢のポストシュート、寺沢のロングシュートと幸先のよいスタートを切ったのに対して、ブラザー工業も赤井のサイドシュート、小池のロングシュートと負けずに得点を重ねた。
　その後、ジャスコは寺沢、ブラザーは小池を軸にして互いに点を取り合ったが、前半残り3分、ブラザーはフォーメーションプレーから4連続得点をあげ、前半12－8で折り返した。
　後半、ジャスコは伊勢が小池をマンツーマン気味にマークする1・5防御に切りかえばん回を計ったが、ノーマークシュートをブラザーの細添にことごとく守られ、思うように得点を重ねることが出来なかった。
　それに対してブラザーは、最初ジャスコの防御システムにとまどいを見せたが、相手のミスからの速攻で得点を重ね、危げなく逃げ切った。

得	〔ブ工〕		〔ジャ〕	得
0	畑添	GK	木村	0
0	大薮		山口	0
2	荒木	FP	寺沢	6
7	小池		石田	0
2	赤井		伊勢	5
2	中村	（審・丸谷 奥田）	三木	1
6	太田		宮本	0
3	久保田		十丸	0
0	奥山		野村	3
0	森山		近藤	1
1	松下		服部	0
0	黒山		徳重	0
23	(3)	PT	(3)	16

▼決勝

大崎電気 24（12−8, 12−11）19 立石電機

◯…前半立ち上がりよりGKの好守に支えられ優勢にゲームを支配した立石であったが、大崎の両李の奮起により24分に同点にされてから立石の守りに乱れが生じ、主導権が大崎に移ってしまった。
　後半、リズムに乗った大崎が多彩な攻撃を見せ、必死に追いすがる立石をふり切り二連覇を飾った。

得	〔大崎〕		〔立石〕	得
0	梅野	GK	荒木	0
0	藤田		竹下	0
1	宮嶋	FP	是枝	0
3	石井		近藤	0
2	時實		亀園	1
0	徳淵	（審・島崎 井上）	岩村	0
0	沖山		池上	2
0	深沢		江口	0
0	塩谷		山内	3
6	李相玉		野嶋	5
12	李京姫		ビスニッチ	0
0	松尾		長谷川	0
24	(3)	PT	(1)	19

昭和60年度関東学生春季リーグ戦

大混戦のリーグ、男子は日大、女子は筑波大が制す

男子

▼1部

法大 28-24 国士大
中大 24-23 日体大
早大 23-19 筑波大
日大 25-19 慶大
日体大 29-27 国士大
中大 21-19 法大
日大 29-20 早大
慶大 23-19 筑波大
慶大 23-17 中大
日大 26-26 日体大
筑波大 31-21 法大
国士大 25-20 早大
中大 26-25 早大
日体大 28-25 筑波大
日大 35-18 法大
国士大 29-23 慶大
日体大 29-22 早大
慶大 27-22 法大
中大 21-20 筑波大
国士大 30-26 日大
日体大 21-21 慶大
早大 24-23 法大
国士大 34-17 筑波大
日大 30-14 中大
慶大 31-20 早大
法大 30-27 日体大
中大 27-23 国士大
日大 21-21 筑波大

[順位]①日本大②中央大③国士館大⑤日本体育大⑥法政大⑦早稲田大⑧筑波大

▼2部

東海大 33-14 立大
順大 32-21 茨城大
東学大 23-18 専大
東大 21-17 明大
順大 30-13 立大
東海大 28-19 茨城大
東学大 31-17 茨城大
明大 30-18 立大
東学大 26-23 東大
東学大 33-14 東大
東学大 36-17 立大
順大 24-15 専大
明大 41-16 茨城大
順大 26-17 東大
東海大 29-11 専大
東大 20-18 茨城大
専大 42-24 立大
東海大 28-26 東学大
順大 16-16 明大
明大 29-10 専大
専大 27-19 茨城大
順大 27-21 東学大
明大 23-18 東海大
東大 34-14 立大
立大 21-18 茨城大
明大 25-21 東学大
専大 24-20 東大
順大 21-19 東海大

[順位]①順天堂大②明治大③東海大④東京学芸大⑤東京大⑥専修大⑦立教大⑧茨城大

▼3部

東理大 27-17 千工大
東農大 25-19 上智大
武工大 29-16 神大
千工大 21-21 上智大
武工大 22-15 明星大
神大 33-13 横国大
千工大 21-18 横国大
東理大 24-11 明星大
東理大 31-23 神大
東農大 23-17 武工大
東農大 31-14 横国大
神大 26-18 千工大
上智大 28-22 明星大
神大 25-16 上智大
明星大 36-16 横国大
武工大 30-20 千工大
東農大 22-21 東理大
明星大 19-14 東農大
武工大 33-16 横国大
明星大 25-21 神大
東理大 27-25 上智大
東理大 29-25 武工大
千工大 24-20 東農大
上智大 23-18 横国大
神大 29-20 東農大
千工大 29-19 明星大
東理大 31-15 横国大
武工大 29-19 上智大

[順位]①東京理科大②武蔵工業大③神奈川大④東京農業大⑤千葉工業大⑥明星大⑦上智大⑧横浜国立大

▼4部

都立大 20-19 芝工大
埼玉大 29-15 文教大
埼玉大 23-19 亜大
一橋大 30-13 創価大
一橋大 27-20 防大
亜大 25-20 芝工大
創価大 22-18 文教大
埼玉大 39-30 一橋大
文教大 18-18 防大
創価大 19-16 芝工大
埼玉大 31-20 都立大
防大 26-21 芝工大
埼玉大 33-28 芝工大
創価大 22-17 亜大
埼玉大 26-14 防大
一橋大 30-21 都立大
防大 19-15 都立大
芝工大 20-20 文教大
埼玉大 21-19 創価大
一橋大 13-12 亜大
都立大 24-17 文教大
一橋大 26-20 芝工大
創価大 26-21 防大
亜大 24-23 都立大
創価大 21-16 都立大
一橋大 26-21 文教大
亜大 22-11 防大
文教大 18-17 亜大

[順位]①埼玉大②一橋大③創価大④亜細亜大⑤防衛大⑥東京都立大⑦文教大⑧芝浦工業大

▼5部

青学大 33-21 大東大
駒大 42-23 関学大
横市大 37-20 武蔵大
駒大 41-17 都留大
独協大 22-21 横市大
関学大 41-19 大東大
武蔵大 34-27 青学大
横市大 34-17 大東大
関学大 35-32 都留大
駒大 35-20 独協大
駒大 46-9 大東大
横市大 25-24 関学大
駒大 31-15 武蔵大
駒大 36-27 青学大
独協大 29-28 青学大
横市大 28-19 都留大
武蔵大 22-20 関学大
関学大 30-28 青学大
武蔵大 20-20 都留大
独協大 23-23 都留大
武蔵大 26-16 大東大
独協大 30-26 関学大
駒大 35-27 横市大
都留大 25-25 青学大
武蔵大 27-22 独協大
横市大 27-22 青学大
独協大 23-22 大東大
都留大 12-0 大東大

[順位]①駒沢大②横浜市立大③武蔵大④独協大⑤関東学院大⑥都留文科大⑦青山学院大⑧大東文化大

▼6部

東工大 40-25 日工大
千葉大 25-13 横商大
東農工大 23-19 成蹊大
国武大 27-17 成蹊大
千葉大 18-16 東工大
東農工大 39-15 横商大
千葉大 22-15 成蹊大
東農工大 32-21 東工大
国武大 47-22 日工大
東経大 22-16 成蹊大

千葉大 32-10 日工大
成蹊大 28-20 東工大
東農工大 27-16 東経大
成蹊大 45-18 日工大
東経大 33-10 日工大
国武大 17-12 千葉大
横商大 21-16 成蹊大
国武大 35-15 東経大
国武大 32-24 東農工大
東経大 29-18 千葉大
東農工大 29-22 千葉大
国武大 39-22 横商大
東経大 35-16 横商大
横商大 28-24 日工大
東工大 46-17 日工大
東工大 36-19 横商大
東工大 27-22 東経大
国武大 24-17 東工大

〔順位〕①国際武道大②東京農工大③千葉大④東京経済大⑤東京工業大⑥成蹊大⑦横浜商科大⑧日本工業大

▼7部

○Aブロック

玉川大 48-14 東工大
玉川大 28-16 帝京大
帝京大 12-0 東工大
和光大 34-12 東工大
帝京大 27-20 産能大
産能大 42-26 東工大
玉川大 22-17 産能大
和光大 22-16 帝京大
和光大 30-24 産能大
玉川大 33-23 和光大
和光大 12-0 群馬大
産能大 12-0 群馬大
玉川大 12-0 群馬大
東工大 12-0 群馬大
帝京大 12-0 群馬大

○Bブロック

明学大 34-26 拓大
東洋大 27-21 山梨大
明学大 18-16 東外大
東外大 23-19 山梨大
山梨大 21-19 拓大
東外大 33-24 拓大
東洋大 15-14 東外大
東洋大 27-16 拓大
明学大 28-14 山梨大
明学大 18-17 東洋大

○順位決定戦

玉川大 25-24 明学大
東洋大 23-17 和光大
帝京大 22-14 東外大
産能大 12-0 山梨大
拓大 23-22 東工大

〔順位〕①玉川大②明治学院大③東洋大④和光大⑤帝京大⑥東京外語大⑦産業能率大⑧山梨大⑨拓殖大⑩東京工芸大⑪群馬大

女子

▼1部

日体大 34-12 日女体大
東女体大 21-10 東学大
筑波大 30-9 東海大
筑波大 35-8 東海大
東女体大 22-13 東学大
日体大 28-15 日女体大
日体大 36-8 東海大
筑波大 36-11 東学大
東女体大 20-14 日女体大
日体大 29-6 東海大
東女体大 18-16 日女体大
筑波大 23-17 東学大
東海大 15-13 青学大
日体大 24-17 東女体大
筑波大 25-11 日女体大
東女体大 20-19 日体大
筑波大 29-17 日女体大
東学大 16-14 東海大
日女体大 25-10 東海大
筑波大 23-15 東女体大
日体大 21-16 東学大
日体大 30-12 東学大
東海大 25-19 日女体大
東女体大 22-21 筑波大
日女体大 15-13 東学大
日女体大 15-14 東学大
東女体大 26-13 東海大
筑波大 22-19 日体大

〔順位〕①筑波大②東京女子体育大③日本体育大④日本女子体育大⑤東海大⑥東京学芸大

▼2部

茨城大 17-14 創価大
千明大 22-14 都留大
千葉大 42-10 駒大
文教大 23-14 横国大
創価大 18-12 横国大
千明大 27-22 文教大
文教大 24-16 茨城大
創価大 53-1 駒大
都留大 27-11 横国大
創価大 18-18 千葉大
茨城大 16-15 都留大
千明大 41-10 横国大
文教大 49-3 駒大
千葉大 40-13 横国大
千明大 12-0 駒大
都留大 26-12 千葉大
横国大 12-0 駒大
文教大 24-17 千葉大
創価大 14-13 都留大
茨城大 29-19 横国大
創価大 19-19 文教大
千明大 34-12 創価大
茨城大 18-14 千葉大
都留大 18-18 文教大
茨城大 44-0 駒大
千明大 24-10 千葉大
千明大 31-13 茨城大

〔順位〕①千葉明徳短大②文教大③茨城大④創価大⑤都留文化大⑥千葉大⑦横浜国立大⑧駒沢大

〈入れ替え戦〉

▼男子

一橋大（4部2位） 25-18 上智大（3部7位）
埼玉大（4部1位） 20-19 横国大（3部8位）
武工大（3部1位） 27-17 立大（2部7位）
東農工大（6部2位） 38-21 青学大（5部7位）
早大（1部7位） 24-17 明大（2部2位）
順大（2部1位） 27-24 筑波大（1部8位）
明学大（7部2位） 24-13 横商大（6部7位）
玉川大（7部1位） 12-0 日工大（6部8位）
東理大（3部1位） 23-20 茨城大（2部8位）
国武大（6部1位） 36-8 大東大（5部8位）
横市大（5部2位） 19-18 文教大（4部7位）
駒大（5部1位） 32-21 芝工大（4部8位）

▼女子

東洋大（1部6位） 24-18 千明大（2部1位）

※以上の通り、順大、東理大、一橋大、埼玉大、玉川大、明学大、武工大、東農工大、駒大、横市大、国武大がそれぞれ昇格し、早大、東学大（女子）がそれぞれ残留いたしました。

特別寄稿

アメリカで学んだこと 最終回

これからの体力トレーニングを考える

渡辺慶寿

ランニング計画（Running Program）

疲労は、われわれを憶病にする。身体的な調節の欠如が、精神や技術に影響を与える。身体的に疲労を感じた時は、プレーが鈍くなり、守勢に回ることになる。すなわち、集中力や反応が鈍くなり、積極的なプレーができなくなる。

以下に述べるランニング計画は、非常に早く、激しい練習からの回復を図るためのものである。しかし、最大に努力した時は、常に疲労することを理解しなければならない。このことを裏がえせば、常に努力している選手は、疲労を防ぐ要因にもなるということで疲労感が遅くでる選手は、成功のチャンスも非常に高くなる。

このランニングプランは、ゲームを有利に戦うためや各プレーヤーが徐々に効果的に準備する方法であり、毎日の練習の中に取り入れられるべきものである。ランニングの強度と量は、周期的になっていて、高い強度の運動負荷からの回復は8月にもってきている。すなわち、8月には最大のコンディションとなるはずである。以下に述べることは、ランニングプランの説明である。

オーバージスタンストレーニング（Over Distance Training）

オーバージスタンス・トレーニング（距離を走るトレーニング）は、1マイルを6～8分の速さで、2～4マイルの距離を走る。このトレーニングは、ランニングプランの初期におこなうこと。その理由は、練習の強度と量を水準に適合させるためで、早期に調節することが可能であるからである。またの時期には、他のより高度な練習をする必要はない。競技シーズンまで3カ月もあるからである。したがって、最高に動きかつ走る能力を徐々に発達させる基礎の時期とみるべきで、走るコースも表面のやわらかいところを選ぶべきである。やわらかな所は、脚と背中にかかる圧力を減らすのに役立ち、「ケガ」の可能性も少ない。

○目的

——良好な血管系、心肺系に基礎を置く。

——有酸素能力を高める。このことは無酸素運動からの回復能力を高めることにつながる。

——ランニングのストライドとリズムを発達させる。

——下肢の筋持久力を高める。

——からだの筋および軟部組織を強くする。

○処方

——大きな選手は、2～3マイルを走る。

——小さな選手は、3～4マイル走る。

スピードプレー（Speed play）

スピードプレー（速い走り）は、110ヤードから220ヤードの走行で速度を徐々に増加させるもので、距離は1～2マイルの距離を大股歩きと走行を交互に入れる。しかし、からだの状態が向上するにしたがい大股歩きの速歩は距離を減らしていく。大股歩きの速度、走行速度は、自身がもつ最高の速度の60～75%とする。無駄な力を抜き、腕の振りを大きく、膝をしっかりと上げておこなうこと。

○目的

——有酸素能力を高める。

——ゲーム中の停止と動き等の動作の向上。

——無酸素運動負荷のエネルギー代謝を発達させる。

——トレーニングにおける次の段階の基となる。

○処方

——大きな選手は、2マイル走る。

——小さな選手は、3マイル走る。

ヒルランニングと110ヤード走

この方法は、UCLAのJim Bush監督とフィールドコーチによって開発された。この方法は、下半身の強さと力を伴う走りの能力を高めるもので、効果は大きい。無酸素的能力を非常に高める。

	UCLAフットボール　夏の体の調整の要約		
期　　間	ウエイトトレーニング	ランニング	速度／力／機敏さ
周期 I 5月14日 21日 28日	使用する持ち上げの計画の型を選択：全身、分割、変則の分割。この期間は、徐々に体を準備し、強さと力を最大に発達させることのできる基礎を作る時である。	目標は、有酸素的基礎を発達させ、無酸素的エネルギーシステムを強調しはじめることである。走ること自分自身を鍛えることを確認せよ。キャンプが始まる前に、激しく走る時間はまだある。	この周期の間に、同様の動きが競技の中で発見した活動に参加するべきである。バスケットボール、ハンドボール、ラケットボール、パワーバレーボール、テニスのようなレクリエーションスポーツは、全て活動を保つのによい型の運動である。
周期 II 6月4日 11日 18日	これは、練習の量と強度を増加して、強さを向上させる時期である。相対的に軽度のウエイトと高頻度の反復の運動処方に従うこと。	丘登り／パヤードストライド走トレーニングを始める。体の状態が向上するにつれ、始めはゆっくり、徐々に強度を高める。自分自身で走ることを確認せよ。キャンプが始まる前に激しく走る時間はまだある。	あなたの活動の保持、及び動きと身体調節の向上をするレクリエーション的スポーツに参加し続ける。楽しめ！
周期 III 6月25日 7月2日 9日	この周期において、運動量を減少し、運動強度を増加し始める。特別な運動処方の指標として練習の中で使っているウエイトの合計量を増加する。	徐々にランニングの強度を増加し始める。練習の為に規定された時間のわくに従う。走りのスピードを増加し、回復に要する時間を減少する。	速度／力／機敏さを向上するのに役立つ運動が練習の中で統合される。競技の中であなたに必要となる時性を開発するのに役立つ運動を選ぶ。
周期 IV 7月16日 23日 30日	今や身体は、最高のトレーニングウエイトでの練習に準備されている。各々の運動の実行における技術に満足してはならない。しかし、完全なる技術と最高のトレーニングウエイトの両方を統合しなさい。自分自身に挑戦せよ。	練習と回復の為に規定された運動時間のわくに従っていることを確認せよ。ランニングの姿勢に集中し、着実に制限されたもとで走っていることを確認しなさい。	どの弱点領域でも向上するのに役立つ特別な運動をやり続ける。ウエイトトレーニングの前にこれらの運動をすることを確認する。あなたは相対的に新鮮になるべきである
周期 V 8月6日 13日	トレーニングウエイトを減少し、反復回数を増加することにより練習を少なくする。同様のセットと反復を使用した時、以前の周期より高い強度で練習をするべきである。	今からは、最高の身体条件にあるべきである。キャンプの為に自分自身を準備するために練習を次第に少なくして、精練し始める。	競技で用いる特別な活動と動きの型を働かせる。キャンプと激しい練習の為に自分自身を準備する。

ヒルランニング(Hill Running)

下半身を強くするのに大きな効果がある。家やトレーニング場の近くに、50～70％の傾斜を持つ丘を見つけて、ゆっくりはじめて、丘を走る回数と丘を走り登る距離を徐々に増す。丘を走り登ったら、降りる時は歩く。からだを前傾に保ち、膝を高く上げ、腕の振りは、ゆるく無駄な力を抜き走ることに集中する。

○目的

——脚の強さと力を発達させる。

——一定範囲内の走りの能力を高める。

——からだ全体の能力を向上させる。

○処方

——大きな人は、おおむね、180～240ヤード、小さな人は、240～300ヤード走る。

——脚が堅くしまってきたときは中止する。

——走り登る回数を10回まで徐々に増す。

——各走り後は、丘を歩いて降りる。

110ヤード、ストライド(110-Yard Strides)

正しいランニング法にもとづいてストライド走をおこなう。全力疾走ではないが、どの瞬間においても方向を変えることのできる速度でおこなう。無駄な力を抜いて、各ストライド走の後は、スタート地点まで早走で戻ってくること。

○目的

——ランニングの走りの巾を向上する。

——歩行中のからだの制御を高める。

——からだ全体の能力を高める。

○処方

——10回の110ヤードストライド走をおこなうこと。

——走る速度を徐々に増していく。目標時間は、12～20秒である。

——常に意識しておこなうこと。

——60～90秒以内で出発点に戻ってくること。

その他のランニング計画

次に述べる計画は、ゲームの前1～2カ月のプランである。したがって、からだの状態が向上したあとの方法であり、練習の中で実施されるべき計画である。強度も高いので、最大限に注意しておこなうべきである。

○目的

——最大の無酸素条件のレベルを発達させる。

——実戦においてからだが最高調であることを確認しておくこと。

——向上したからだの状態を調節する。

220ヤードストライド走の反復

からだを暖くしておくこと。45～90秒間歩いたのち、220ヤードストライド走をおこなう。もう1回220ヤードをくり返す。正しい姿勢で走ることを忘れてはならない。

○処方

――大きな選手は、6～10回連続しておこないストライド速度は、それぞれ220ヤードで36～40秒間である。

――小さな選手は、8～12回連続しておこない各220ヤードの時間は32～36秒である。

60―90ヤードの加速疾走

まずからだを暖めること、軽走20～30ヤード、大股走20～30ヤード、全力疾走20～30ヤードである。速度が増しはじめたら無駄な力を抜いて、走りに集中すること。正しい前傾姿勢、高く膝を上げ、素早い腕の振りを充分におこなうこと。

○処方

――大きな選手は、10～12回くり返す。

――小さな選手は、14～16回くり返す。

40～60ヤード全力疾走の反復

からだを暖くしておく。40～60ヤードの全力疾走を4回おこなう。1回1回正しく走ること。4回の40～60ヤード全力疾走を1セットを完全にやり終えた後に、1～2分間の休息をする。

○処方

――大きな選手は、4～6回のセット（16～24回の全力疾走）。

――小さな選手は、5～7回のセット（20～35回の全力疾走）。

パワー、スピード、敏捷性の計画（power, spead, and, Agility Program）

素早く走ることや力あるいは素早く動く能力は、成功の機会を非常に高めることができる。これらの能力は、今までのトレーニングによって向上させてきた。恐らくゲームでこれら能力を発揮することができプレーに役立つであろう。これらの能力を高める運動の実践は、適切な技術で実施することが最も大切である。集中力をだすことである。もし膝や背中が悪いというように肉体的な限界を感じたならば、注意することで、時によっては、全てのトレーニングあるいは一部のトレーニングを中止する必要がある。

パワー運動（Power Exercises）

深いとび上がり（Depth Jump）

およそ26cmの高さの箱、あるいは椅子を用意する。箱または椅子の上から、とび降りる着地と同時にできるだけ高く、できるだけ素早く上方にとび上がる。上にとぶ時、膝を胸部までもっていく。また、踵をお尻までもっていく。とび上がる動作と一緒に腕を使って協同動作を充分におこなうこと。

○処方

1週間に1～2日、20～40回くり返す。規定された回数まで徐々に増していくこと。

上方へのとび越し（Hop Over）

1～2フィートの高さのベンチを用いる。できる限り早く、ベンチの側方にとび越える。（ベンチの横から横に）、膝を胸部に踵をお尻にもってくる。敏捷におこなうこと。

○処方

1週間に1～

1週間の全身プログラム練習表　サイクルⅠ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shouldes, Back/ Neck, Arms III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racket Ball, etc. III. Speed Play or Over Distance Training Linemen- 1 to 2 miles Backs/Receivers- 2 to 3 miles IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Roll, Abdominals, Stretch II. Weights: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/ Neck, Arms III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racket Ball etc. III. Speed Play or Over Distance Training Lineman- 1 to 2 miles Backs/Receivers- 2 to 3 miles IV. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/ Neck, Arms III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racket Ball etc. III. Speed Play or Over Distance Training Lineman- 1 to 2 miles Backs/Receivers- 2 to 3 miles IV. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の全身プログラム練習表　サイクルⅡ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 Yards Backs, Receivers- 240 Yards III. Weight Training: Base Exercises-Power Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/ Neck, Arms IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. 110 Yard Strides: Linemen- 18 to 20 seconds Backs, Receivers- 16 to 18 seconds III. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racketball, etc. IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weight Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/ Neck, Arms III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. 110 Yard Strides: Linemen- 18 to 20 seconds Backs, Receivers- 16 to 18 seconds III. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racketball, etc. IV. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Lineman- 180 Yards Backs, Receivers- 240 Yards III. Weight Training: Base Exercises-Power Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/ Neck, Arms IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: Basketball, Handball, RacketBall, etc. III. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の全身プログラム練習表　サイクルⅢ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 to 240 Yards Backs, Receivers- 240 to 300 Yards III. Weight Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Streach II. Speed/Power/Agility: Specific to your needs III. 110 Yard Strides: Linemen- 16 to 18 seconds Backs, Receivers- 14 to 16 seconds IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. 110 Yard Strides: Linemen- 16 to 18 seconds Backs, Receivers- 14 to 16 seconds III. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Lineman- 180 to 240 Yards Backs, Receivers- 240 to 300 Yards III. Weight Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Repetition 220 Yard Strides III. Speed/Power/Agility: Specific to your needs IV. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の全身プログラム練習表　サイクルⅣ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Lineman- 180 Yards Backs, Receivers- 240 Yards III. Weight Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms IV. Cool Down: Breathing and Stretching	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Streach II. Speed/Power/Agility: Specific to your needs III. 110 Yard Strides: Linemen- 14 to 16 seconds Backs, Receivers- 12 to 14 seconds IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weight Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms III. Cool Down: Breathing and Stretching	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Streach II. 110 Yard Strides: Linemen- 14 to 16 seconds Backs, Receivers- 12 to 14 seconds III. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Lineman- 180 Yards Backs, Receivers- 240 Yards III. Weight Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms IV. Cool Down: Breathing and Stretching	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Streach II. Speed/Power: Specific to your needs III. Cool Down: Breathing and Stretch

2日、30秒間に4～6セットおこなう。規定回数まで徐々に回数を増す。

パワージャンプ（Power Jump）

着地面に、やわらかな物をひく。立位から3回連続して水平ジャンをおこなう。両足を同時に踏み出す。とぶ時に膝を胸壁に踵をお尻にもってくる。できる限り高く、遠くにとぶ。とぶ動作を腕の協同動作でおこなう。

○処方

1週間に1～2度、4～6回くり返しておこなう。規定の回数まで徐々に回数を増していく。

階段登り（Sadium Steps or Hills）

階段や丘の下から頂上まで、できる限り早く全力で登る。階段登りは、1段おきにとび越すこととし、股関節を脚を広げるようにする。腕の振りも充分におこなうこと。また登りに対して難度をもたらすため、腕を体側につけて、腕を使わないでおこなうことも試みてみる。

○処方

1週間に1～2日、10回くり返す。規定回数に達するまで徐々に回数をあげる。

これらの運動をおこなう時、もし膝や背中の障害がある場合には、この計画の一部あるいは、全く除外することを考える。これらの事柄について、疑問があれば、トレーナーと相談すること。

敏捷運動（Agility Exercises）

前進運動（Progression）

5―10―15ヤード、または10―20―30ヤードの線を引き、0ヤードラインからはじめる。正しい姿勢で、できるだけ早く5―10ヤード進み、ラインを踏んで、出発点まで戻ってくる。すぐに15―30ヤード進んで出発点まで戻ってくる。これが1回の反復数である。

○処方

走る方法として、背走、すり足、全反疾走でおこない、1週間に1～2日、4～6回くり返す。

側方すり足（Side Shuffle）

5～10ヤード離して線を引くか、

1週間の分割プログラム練習表　サイクルⅠ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights Base Exercises-Power, Legs Supplemental-Legs, Back/Neck III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights Base Exercises-Chest/Shoulders Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. Speed Play or Over Distance Training Linemen- 1 to 2 miles Backs/Receivers- 2 to 3 miles IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racket ball, etc. III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights Base Exercises-Power, Legs Supplemental-Legs, Back/Neck III. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights Base Exercises-Chest/Shoulders Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. Speed Play or Over Distance Training Linemen- 1 to 2 miles Backs/Receivers- 2 to 3 miles IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racket ball, etc. III. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の全身プログラム練習表　サイクルⅤ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 Yards Backs, Receivers- 240 Yards III. Weight Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms IV. Cool Down	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. 110 Yard Strides Linemen- 14 to 16 seconds Backs, Receivers- 12 to 14 seconds III. Repetition 40-60 Yard Sprints IV. Cool Down
水	**木**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weight Training: Base Exercises-Power Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms IV. Cool Down	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. 110 Yard Strides Linemen- 14 to 16 seconds Backs, Receivers- 12 to 14 seconds IV. Cool Down
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Lineman- 180 Yards Backs, Receivers- 240 Yards III. Weight Training: Base Exercises-Power, Legs, Chest/Shoulders Supplemental-Legs, Chest/Shoulders, Back/Neck, Arms IV. Cool Down	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. 110 Yard Strides Linemen- 14 to 16 seconds Backs, Receivers- 12 to 14 seconds III. Repetition 40-60 Yard Sprints IV. Cool Down

円錘を用いる。1つのラインから、次のラインまで、姿勢を低くして、足を交差させないように、できるだけ早く、ステップ（すり足）をおこなう。

○処方

1週間に1～2日、30秒間を4～6セットおこなう。

背走―全力疾走（Back Pedal ― Sprint）

5ヤード背走し、止まり、5ヤード全力疾走で前進する。10ヤード背走し、止まり、10ヤード全力疾走で前進する。20ヤード背走し、止まり、20ヤード全力疾走で前進する。これが1回の反復に相当する。

○処方

1週間に1～2日、4～6回反復する。

すり足―全力疾走―すり足―全力疾走（Shuffle ― Sprint ― Shuffle ― Sprint）

右側に10ヤードすり足をおこない、続いて同じ方向に10ヤード全力疾走をする。止まり左側に10ヤードすり足をおこない、続いて、出発点まで10ヤード全力疾走する。これで1回の反復に相当する。

○処方

1週間に1～2回、4～6回反復する。

全力疾走計画（Sprinting Program）

以下に述べることは、走る速度を高めるために役立つプログラムである。これらの運動を次から次におこなう。

ハーフ速度での40―60ヤードストライド走（Half speed 40 ― 60 Yard Strades）

からだをほぐしながら、徐々にスピードをだして40―60ヤード走る。

○処方

4～6回のストライド走をおこなう。

腕を振りながら膝を高く上げる（Hight Knees with Arm Pump）

膝を胸壁まで持ち上げながら、

1週間の分割プログラム練習表　サイクルⅡ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 Yards Backs/Receivers- 240 Yards III. Weights: Base Exercises-Power Legs Supplemental-Legs, Back/Neck IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: Base Exercises-Chest/Shoulders Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. 110 Yard Strides: Linemen- 18 to 20 seconds Backs/Receivers- 16 to 18 seconds iv. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racketball, etc. III. Cool Down: Breathing and Stretching	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 Yards Backs/Receivers- 240 Yards III. Weights: Base Exercises-Power, Legs Supplemental-Legs, Back/Neck IV. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: Base Exercises-Chest/Shoulders Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. 110 Yard Strides: Linemen- 18 to 20 seconds Backs/Receivers- 16 to 18 seconds iv. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: Basketball, Handball, Racket ball, etc. III. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の分割プログラム練習表　サイクルⅢ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 to 240 Yards Backs/Receivers- 240 to 300 Yards III. Weight: Base Exercises: Power Legs Supplemental: Legs, Back/Neck IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: Base Exercises-Chest/Shoulders Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. 110 Yard Strides Linemen- 16 to 18 seconds Backs/Receivers- 14 to 16 seconds IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Speed/Power/Agility Specific to your needs III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 to 240 Yards Backs/Receivers- 240 to 300 Yards III. Weight: Base Exercises: Power, Legs Supplemental: Legs, Back/Neck IV. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: Base Exercises-Chest/Shoulders Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. 110 Yard Strides Linemen- 16 to 18 seconds Backs/Receivers- 14 to 16 seconds IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Speed/Power/Agility Specific to your needs III. Repetition 220 Yard Strides IV. Cool Down: Breathing and Stretch

決めた場所を走る。同時に、無駄な力を抜いて、腕を振る。20ヤードを10～15歩で走る。

○処方

4～6回、20～30ヤード走る。

加　走（Accelerations）

ゆっくりとスタートして徐々に速度を上げていく。加速がはじまるにつれて、からだの重力の中心が上がるように集中する。また速度が増につれて、腕の振りを増し、からだを力を抜くように試みる。

○処方

4～6回、60ヤード走る。

とびはね（Bounding）

右膝を胸壁に持ち上げ、左足でとび上がる。とぶ動作と一緒に、腕の動きも同調させる。右足が着地したら、すぐに連続してとび上がる。

○処方

4～6回、30ヤードの間をくり返す。

スタート（Starts）

3点支持の構えから、10－20ヤードを全力で走る。構えは、姿勢を低くする。

○処方

これらのスタートを4～6回くり返す。

連載の最後に

アメリカのスポーツトレーニングは、日本と較べ総合的であり、合理的なものである。トレーニングがショー的なものではなく、実質的であることもみのがせない。

私が今回学んできたことは、あくまでアメリカのスポーツの表面をみたに過ぎないが、少なくともスポーツが持つ要因をトータルとし

1週間の分割プログラム練習表　サイクルⅣ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 Yards Backs/Receivers- 240 Yards III. Weight Base Exercises-Power, Legs, Supplemental-Legs, Back/Neck, IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights Base Exercises-Chest/Shoulders Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. 110 Yard Strides Linemen- 14 to 16 seconds Backs/Receivers- 12 to 14 seconds IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Speed/Power/Agility Specific to your needs III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: Linemen- 180 Yards Backs/Receivers- 240 Yards III. Weights Base Exercises-Power, Legs Supplemental-Legs, Back/Neck IV. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: Base Exercises-Chest/Shoulders Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. 110 Yard Strides Linemen- 14 to 16 seconds Backs/Receivers- 12 to 14 seconds IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Speed/Power/Agility Specific to your needs III. 60-90 Yard Acceleration Sprints IV. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の交互プログラム練習表　サイクルⅠ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: 　Week 1　Week 2　Week 3 B- Chest/Shoulders　Power, Legs　Chest/Shoulders S- Chest/Shlds., Arms　Back/Neck　Chest/Shlds., Arms III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: 　Week 1　Week 2　Week 3 B- Power, Legs　Chest/Shlds.　Power, Legs S- Back/Neck　Chest/Shlds., Arms　Back/Neck III. Speed Play or Over Distance Training 　Linemen- 1 to 2 miles 　Backs/Receivers- 2 to 3 miles IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: 　Week 1　Week 2　Week 3 B- Chest/Shlds　Power, Legs　Chest/Shlds S- Chest/Shlds., Arms　Back/Neck　Chest/Shlds., Arms III. Recreational Sports: 　Basketball, Handball, Racketball, etc IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: 　Week 1　Week 2　Week 3 B- Power, Legs　Chest/Shlds.　Power, Legs S- Back/Neck　Chest/Shlds., Arms　Back/Neck III. Speed Play or Over Distance Training 　Linemen- 1 to 2 miles 　Backs/Receivers- 2 to 3 miles IV. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: 　Week 1　Week 2　Week 3 B- Chest/Shlds.　Power, Legs　Chest/Shlds. S- Chest/Shlds., Arms　Back/Neck　Chest/Shlds., Arms III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreational Sports: 　Basketball, Handball, Racketball, etc. III. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の分割プログラム練習表　サイクルⅤ

月	火
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: 　Linemen- 180 Yards 　Backs/Receivers- 240 Yards III. Weights 　Base Exercises-Power, Legs 　Supplemental-Legs, Back/Neck IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: 　Base Exercises-Chest/Shoulders 　Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. 110 Yard Strides 　Linemen- 14 to 16 seconds 　Backs/Receivers- 12 to 14 seconds IV. Cool Down: Breathing and Stretch
水	**木**
I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Recreation 40-60 Yard Sprins III. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Hills: 　Linemen- 180 Yards 　Backs/Receivers- 240 Yards III. Weights 　Base Exercises-Power, Legs 　Supplemental-Legs, Back/Neck IV. Cool Down: Breathing and Stretch
金	**土**
I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch II. Weights: 　Base Exercises-Chest/Shoulders 　Supplemental-Chest/Shoulders, Arms III. 110 Yard Strides 　Linemen- 14 to 16 seconds 　Backs/Receivers- 12 to 14 seconds IV. Cool Down: Breathing and Stretch	I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch II. Repetition 40-60 Yard Sprins III. Cool Down: Breathing and Stretch

て受けとめ、トレーニングをしていることが参考になった。すなわち、単に精神主義や技術主義でないことはたしかである。

スポーツ技能を高めるためには、個人の向上を基として、個人の可能性を引き出し、排戦させることに着眼しているといえよう。まさにエネルギッシュである。トレーニングをなまければ、スポーツをする資格を失う。トレーナーの処方箋に従って努力をすれば、技能を伸ばすことができ、チーム力を増すことができる。選手とトレーナーの信頼関係は、かなり高いものがある。信頼し、努力すれば成巧につながる。

昨年のロサンゼルス・オリンピックで、日本の選手の競技する姿をみて、精神面で欠陥があることを指摘された。競技で結集された力が発揮されないことや自己に責任を持てないことは、誠に残念なことではあるが、トレーニングをする過程に問題があるようにも思われるし、スポーツをおこなう社会背景が選手育成にも影響されよう。

日本のハンドボールの場合、選手育成の土台は、かなり貧弱である。現場中心主義が物語っている。中枢部の指導性がなければ、ナショナリズムは育たない。したがって、選手育成の責任の存在さえ薄らいでいくし、孤独な戦いへと発展せざるをえない。これらの問題の解決にはかなりの時間が費やされるであろうが、少なくとも選手の育成に当っては、スポーツのもつ本質を充分に理解して、総合的に指導をすることを痛感する。

アメリカのトレーニング法が、即日本の選手達に適用するとはかぎらないが、スポーツがもつ特性を充分に吟味し、指導者と選手が信頼できる状態でトレーニングに励むことこそ重要な要因となるのではなかろうか。

オリンピックがもつ幻想のスポーツの祭典から多くの人を知り、また失ったことは、私にとって今後の歩む道として、喜びでもあるが、反面苦しみでもある。しかし世界のスポーツ界は、過し日の喜びや反省をもとに即動きだしている。日本のハンドボールがどこまで国際的に追いつくは、総力に依頼するしかない。指導者、選手達がより豊な感情と知識をもち、立ち向かう姿が基本となろう。

アメリカのトレーニングの中には、すでにリラクゼーションが取り入れられている。これは精神的な緊張を取り除くことやトレーニングでの肉体の緊張を弛緩させる方法で、主運動である筋力トレーニング、心肺機能トレーニングの効果を高めるためのものである。しかも、スポーツで必要とする創造性を高め、技能開発にも役立つことができるとされている。

このリラクゼーションは日本でも最近知るところである。すなわちスーパーラーニングである。このようにトレーニングの一方法の効果を一層高めるためのものではあるが、もう一歩進めて考えることも必要であろう。

スポーツする者が全て健康であるとは限らない。自己に内在する器官の疾患がある場合がある。このような状態はトレーニングの効果も半減しよう。疾患の治癒、あるいは予防の立場にたって、より合理的にトレーニング効果をねらうことも必要であると考える。

1週間の交互プログラム練習表　サイクルⅣ

月

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds, Arms	Back/Neck

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
Hill	110 Yd Strides	Hills

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

火

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds.	Power, Legs	Chest/Shlds.
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
110 Yd Strides	Hills	110 Yd Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

水

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck

III. Speed/Power/Agility
Specific to your needs.

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

木

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds.	Power, Legs	Chest/Shlds.
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
110 Yd Strides	Hills	110 Yd Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

金

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds Arms	Back/Neck

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
Hill	110 Yd Strides	Hills

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

土

I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch

II. Speed/Power/Agility
Specific to your needs.

III. 60-90 Yard Acceleration Sprints

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の交互プログラム練習表　サイクルⅡ

月

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds Arms	Back/Neck

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
Hill	110 Yd Strides	Hills

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

火

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds	Power, Legs	Chest/Shlds
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
110 Yd Strides	Hills	110 Yd Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

水

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds, Arms	Back/Neck

III. Recreational Sports:
Basketball, Handball, Racketball, etc.

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

木

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds.	Power, Legs	Chest/Shlds.
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
110 Yd Strides	Hills	110 Yd Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

金

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds Arms	Back/Neck

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
Hill	110 Yd Strides	Hills

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

土

I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch

II. Recreational Sports:
Basketball, Handball, Racketball, etc.

III. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の交互プログラム練習表　サイクルⅤ

月

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds.	Power, Legs	Chest/Shlds.
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
110 Yd Strides	Hills	110 Yd Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

火

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds Arms	Back/Neck

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
Hill	110 Yd Strides	Hills

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

水

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds.	Power, Legs	Chest/Shlds.
S-	Chest/Shlds, Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Repetition 40-60 Yard Springs

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

木

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds Arms	Back/Neck

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
Hill	110 Yd Strides	Hills

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

金

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds.	Power, Legs	Chest/Shlds.
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds:, Arms

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
110 Yd Strides	Hills	110 Yd Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

土

I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch

II. Repetition 40-60 Yard Sprints

III. Cool Down: Breathing and Stretch

1週間の交互プログラム練習表　サイクルⅢ

月

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds.	Power, Legs	Chest/Shlds.
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
110 Yd Strides	Hills	110 Yd Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

火

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds Arms	Back/Neck

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
Hill	110 Yd Strides	Hills

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

水

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds	Power, Legs	Chest/Shlds
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Speed/Power/Agility
Specific to needs.

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

木

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Power, Legs	Chest/Shlds	Power, Legs
S-	Back/Neck	Chest/Shlds Arms	Back/Neck

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
Hill	110 Yd Strides	Hills

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

金

I. Warm-up: Rope, Abdominals, Stretch

II. Weights:

	Week 1	Week 2	Week 3
B-	Chest/Shlds	Power, Legs	Chest/Shlds
S-	Chest/Shlds., Arms	Back/Neck	Chest/Shlds., Arms

III. Running:

Week 1	Week 2	Week 3
110 Yd Strides	Hills	110 Yd Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

土

I. Warm-up: Jog, Abdominals, Stretch

II. Speed/Power/Agility

III. Repetition 220 Yard Strides

IV. Cool Down: Breathing and Stretch

各地の記録から・・・

佐賀県春季総合選手権

（4月21日／神埼農高）

〈一般男子〉

▼1回戦

佐賀教員 28－13 鵲友ク

龍登園ク 31－20 白石ク

▼決勝

佐賀教員 17（5－6、12－8）14 龍登園ク

〈一般女子〉

▼決勝

神埼ク 17（9－8、8－3）11 神埼ママさんク

〈高校男子〉

▼1回戦

神埼農 18－12 神埼

▼準決勝

神埼農 20－17 佐賀東

佐賀農 22－12 佐賀西

▼決勝

佐賀農 27（10－9、17－3）12 神埼農

〈高校女子〉

▼1回戦

佐賀東 17－1 東松浦

▼準決勝

佐賀東 14－10 神埼西

神埼農 23－6 佐賀女

▼決勝

神埼農 29（13－3、16－5）8 佐賀東

和歌山県春季選手権

（4月28、29日／県和歌山商高）

〈一般男子〉

▼1回戦

和歌山高専 29－14 那賀ク

市和歌山商ク 31－20 黒潮ク

▼2回戦

御坊ク 32－17 笠田ク

和歌山医大 21－15 和歌山高専

県和歌山商ク 12－0 市和歌山商ク

住友金属 41－15 応神ク

▼準決勝

御坊ク 19－10 和歌山医大

住友金属 27－20 県和歌山商ク

▼決勝

御坊ク 26（13－10、13－13）23 住友金属

〈一般女子〉

▼決勝

県和歌山商ク 16（11－6、5－7）13 御坊ク

〈高校男子〉

▼1回戦

御坊商工 19－13 箕島

粉河 27－7 海南

県和歌山高 30－16 市和歌山商

▼2回戦

那賀 18－17 御坊商工

桐蔭 25－21 近大附

笠田 27－17 粉河

耐久 23－17 県和歌山商

▼準決勝

那賀 18－14 桐蔭

笠田 24－20 耐久

▼決勝

那賀 21（9－10、12－8）18 笠田

〈高校女子〉

▼1回戦

粉河 33－9 那賀

御坊商工 12－0 海南

笠田 16－10 新宮商

県和歌山商 18－7 貴志川

▼準決勝

粉河 18－10 御坊商工

県和歌山商 11－4 笠田

▼決勝

粉河 18（12－6、6－3）9 県和歌山商

〈中学男子〉

▼予選トーナメントA

▽1回戦

那賀 25－12 岩出B

白馬 22－14 貴志川

▽勝者戦

那賀 12－11 白馬

▽敗者1回戦

貴志川 19－18 岩出B

▽敗者最終戦

白馬対貴志川は対戦済。

▼予選トーナメントB

▽1回戦

打田 26－12 金屋

岩出A 19－7 湯浅

▽勝者戦

岩出A 42－9 打田

▽敗者1回戦

湯浅 23－12 金屋

▽敗者最終戦

湯浅 27－22 打田

▼準決勝

岩出A 27－13 白馬

那賀 19－10 湯浅

▼決勝

岩出A 20（9－6、11－6）12 那賀

〈中学女子〉

▼予選リーグA

岩出A 17－3 貴志川

那賀 9－1 貴志川

岩出A 23－5 那賀

▼予選リーグB

金屋 12－9 岩出B

桃山 11－9 岩出B

金屋 12－9 桃山

▼準決勝

岩出A 22－5 桃山

金屋 13－10 那賀

▼決勝

岩出A 23（15－3、8－3）6 金屋

第3回山口県学生春季リーグ戦

（5月19、26日／山口大）

▼リーグ戦

宇部工高専 19－16 山口大医

徳山大 37－17 徳山工高専

徳山大 40－13 山口大医

山口大本部 38－8 徳山工高専

山口大本部 26－10 宇部工高専

山口大本部 27－19 徳山大

宇部工高専 27－13 徳山工高専

徳山大 35－18 宇部工高専

山口大本部 12－0 山口大医

徳山工高専 12－0 山口大医

［順位］①山口大本部②徳山大③宇部工業高専④徳山工業高専⑤山口大医学部

第8回東北クラブ選手権

（5月18、19日／新庄市体育館、真室川高体育館）

〈男子〉

▼1回戦

仙台育英ク（宮城）24－18 真室川高OB（山形）

盛岡商友会（岩手）24－19 山形ク（山形）

▼準決勝

花巻ク（岩手）43－24 仙台育英ク

盛岡商友会 30－29 七戸ユニオン（青森）

▼決勝

花巻ク 37（16－14、21－11）25 盛岡商友会

〈女子〉

▼1回戦

竹桜ク（山形）12－0 七戸CATS（青森）

▼決勝

白梅三英会 48（22－6、26－2）8 竹桜ク

関東高校埼玉県二次予選

（5月4、5、6、11、12日／三郷北高、川口工高）

〈男子〉

▼1回戦

川口工 27－17 川口東

筑波大坂戸 24－11 春日部

春日部工 19－11 西武台

川口青陵 30－15 志木

浦和学院 35－8 羽生一

上尾東 17－16 北本

春日部共栄 32－15 大井

浦和西 34－11 県坂戸

川口北 36－10 秩父農工

大宮南 34－5 宮代

草加 22－17 大宮

庄和 26－22 草加東

浦和実 24－15 浦和南

越谷南 27－14 和光

戸田 30－14 朝霞西

埼玉栄 26－13 城西川越

▼2回戦

川口工 25－14 筑波大坂戸

春日部工 23－22 川口青陵

浦和学院 36－13 上尾東

浦和西 29－16 春日部共栄

川口北 20－11 大宮南

庄和 20－15 草加

浦和実 35－11 越谷南
埼玉栄 31－15 戸田
▼ブロック代表決定戦
川口工 22－16 春日部工
浦和学院 17－17 浦和西 (3PTC2)
川口北 21－16 庄和
浦和実 27－13 埼玉栄
▼決勝リーグ
川口工 22－20 浦和実
浦和学院 22－15 川口北
川口工 19－19 川口北
浦和実 25－16 浦和学院
浦和実 24－15 川口北
浦和学院 16－13 川口工
［順位］①浦和実②浦和学院③川口工④川口北
※浦和実は2年連続3回目の優勝。

〈女子〉
▼1回戦
浦和実 25－18 浦和商
川口東 26－4 筑波大坂戸
越谷南 20－9 小松原
川口北 34－3 秋草学園
川口女 30－4 伊奈学園
浦和西 30－5 熊谷女
上尾沼南 16－5 北本
八潮 13－11 和光
行田女 31－4 大宮南
庄和 15－5 大宮開成
三郷北 13－5 埼玉第一
浦和南 19－12 春日部共栄
川口青陵 21－11 草加東
深谷一 23－9 春日部東
上尾南 23－14 熊谷商
羽生一 18－9 浦和市立
▼2回戦
浦和実 17－8 川口東
川口北 22－3 越谷南
川口女 17－7 浦和西
八潮 18－13 上尾沼南
行田女 21－8 庄和
浦和南 13－10 三郷北
川口青陵 29－10 深谷一
羽生一 15－7 上尾南
▼ブロック代表決定戦
浦和実 20－12 川口北
川口女 29－7 八潮
浦和南 11－11 行田女 (2PTC0)
川口青陵 19－10 羽生一
▼決勝リーグ
浦和実 19－13 川口青陵
川口女 23－5 浦和南
浦和実 29－8 浦和南
川口青陵 19－16 川口女
川口青陵 18－12 浦和南
浦和実 21－10 川口女
［順位］①浦和実②川口青陵③川口女④浦和南
※浦和実は2年連続2回目の優勝。

関東高校茨城県予選

（5月9、10日／竹園高）

〈男子〉
▼1回戦
竹園 40－17 鹿島灘
岩井 25－21 江戸川学園
麻生 20－18 土浦三
八郷 15－13 竜ヶ崎一
笠間 18－17 藤代紫水
水海道一 23－14 水戸工
土浦一 28－14 勝田工
太田一 14－13 勝田
▼2回戦
竹園 25－12 岩井
八郷 17－15 麻生
笠間 30－26 水海道一
太田一 23－15 土浦一
▼準決勝
竹園 25－12 八郷
太田一 21－18 笠間
▼3位決定戦
笠間 22－16 八郷
▼決勝
竹園 31（17－2、14－12）14 太田一
※竹園は初優勝。

〈女子〉
▼1回戦
水海道二 38－5 岩井
八郷 14－7 水戸二
竜ヶ崎二 9－8 土浦二
石岡二 18－7 藤代紫水
竜ヶ崎一 15－3 太田二
高萩 21－9 下館二
鉾田二 39－8 下妻二
麻生 13－8 結城二
▼2回戦
水海道二 26－10 八郷
竜ヶ崎二 13－12 石岡二
竜ヶ崎一 17－11 高萩
鉾田二 12－8 麻生
▼準決勝
水海道二 22－4 竜ヶ崎二
竜ヶ崎一 9－7 鉾田二
▼3位決定戦
鉾田二 10－7 竜ヶ崎二
▼決勝
水海道二 17（9－4、8－3）7 竜ヶ崎一
※水海道二は6年連続14回目の優勝。

第35回青森県高校春季選手権

（5月11、12日／鰺ヶ沢高）

〈男子〉
▼1回戦
弘前南 17－16 今別
十和田工 22－12 五高
三本木 22－17 青森東
七戸 23－16 柏木農
青森南 25－21 横浜
鰺ヶ沢 36－7 山田
野辺地 30－12 青森
▼2回戦
青森商 43－6 弘前南
三本木 27－15 十和田工
七戸 35－15 青森南
野辺地 17－6 鰺ヶ沢
▼準決勝
青森商 29－10 三本木
野辺地 20－16 七戸
▼決勝
青森商 24（15－7、9－5）12 野辺地
※青森商は2年ぶり5回目の優勝。

〈女子〉
▼1回戦
青森東 19－8 三本木
野辺地 29－8 青森中央
青森商 35－1 七戸
▼準決勝
青森西 39－9 青森東
野辺地 21－9 青森商
▼決勝
青森西 14（4－9、10－3）12 野辺地
※青森西は2年ぶり13回目の優勝。

第21回九州選手権兼第14回九州女子クラブ大会

（5月11、12日／佐賀・神埼農高）

〈男子〉
▼1回戦
新日鉄（大分） 32－23 ロ加ク（長崎）
佐賀教員葉隠（佐賀） 27－18 国分ソニー（鹿児島）
全宮崎（宮崎） 33－27 福岡大（福岡）
大電会（大分） 23－21 北九州ク（福岡）

佐世保ク（長崎） 24－19 龍登園ク（佐賀）
熊本教員（熊本） 23－22 鹿児島県教員（鹿児島）

▼2回戦
本田技研熊本（熊本） 40－18 新日鉄
全宮崎 31－20 佐賀教員葉隠
大電会 35－28 佐世保ク
熊本県教員 キケン 浦添ク（沖縄）

▼準決勝
本田技研熊本 28－25 全宮崎
大電会 29－27 熊本県教員

▼決勝
本田技研熊本 32（17－14、15－14）28 大電会

※本田技研熊本は2年連続2回目の優勝。

[戦評] 男子決勝は、本田技研熊本と初戦で昨年九州国体優勝の北九州クラブを破り波に乗る大電会の対戦となった。前半15分まで本田技研は大電会の闘志あふれるプレーにリズムに乗れずリードを許していたが、20分に同点に追いつくと片山、長野の速攻、ロングで突き放し、前半を3点リードで終えた。後半は両チームとも同じような攻防をくり返していたが、10分頃から大電会の足が止まったところを本田技研が速攻で突き放し勝負を決めた。

しかし、大電会は最後まであきらめずクラブチームの意気を見せてくれた内容のある好試合であった。

〈女子〉

▼1回戦
宮崎ク（宮崎） 18－10 長崎ク（長崎）

▼2回戦
神埼ク（佐賀） 19－11 宮崎ク
じょうもんク（福岡） キケン 浦添ク（沖縄）
神埼農高OG（佐賀） 20－14 牧園ク（鹿児島）
熊本イースターズ（熊本） 26－18 大分東シニャーク（大分）

▼準決勝
神埼ク 24－16 じょうもんク
熊本イースターズ 20－8 神埼農高OG

▼決勝
熊本イースターズ 21（14－8、7－8）16 神埼ク

※熊本イースターズは初優勝。

[戦評] 女子決勝は、地元で10回目の優勝を目ざす神埼クラブと、元全日本選手4名（大宮［旧姓小米］大洋デパート、浦田［旧姓小森］ブラザー、桑原、井村共に立石電機）を擁する熊本イースターズの対戦となった。熊本は開始早々浦田のロング、桑原のサイドで先行し、守ってはGK井村が神埼のPT、ロング等を確実にキープ、徐々に点差を広げた。一方神埼も江島のサイドシュートなどで得点するが、熊本はベテラン大宮の絶妙のポストシューや速攻で得点を重ね前半を終了する。後半は神埼も香月のロング、江島のサイドで反撃するが、熊本のディフェンスは厚く点差は縮まらなかった。

第38回京都府高校総体

（5月12、18、19日／西宇治高校）

〈男子〉

[上級の部]

○Aゾーン

▼1回戦
西宇治 26－10 嵯峨野
洛東 20－14 大谷
京都西 14－10 北稜
洛水 25－1 宇治

▼準決勝
西宇治 34－14 洛東
洛水 20－8 京都西

▼決勝
西宇治 19（7－4、12－8）12 洛水

○Bゾーン

▼1回戦
東山 28－7 日吉丘
鴨沂 12－11 洛星
田辺 17－6 西乙訓
北嵯峨 29－9 洛陽工

▼準決勝
東山 35－3 鴨沂
北嵯峨 25－9 田辺

▼決勝
東山 22（10－6、12－4）10 北嵯峨

○Cゾーン

▼1回戦
堀川 20－12 平安
桂 15－14 城南
向陽 26－9 同志社

▼準決勝
東宇治 19－10 堀川
向陽 16－12 桂

▼決勝
東宇治 14（6－6、8－8）14 向陽

※両校優勝。

○Dゾーン

▼1回戦
城陽 14－10 久御山
京都商 21－14 洛西
桃山 25－10 洛北

▼準決勝
城陽 13－13 乙訓 抽せん
京都商 15－12 桃山

▼決勝
京都商 15（8－7、7－5）12 城陽

[下級の部]

○Aゾーン

▼1回戦
向陽 7－6 東山
平安 10－4 田辺
京都商 14－2 北稜
嵯峨野 24－1 西乙訓

▼2回戦
向陽 12－6 桂
東宇治 21－6 平安
乙訓 15－10 京都商
嵯峨野 9－6 南八幡

▼準決勝
東宇治 8－1 向陽
乙訓 11－8 嵯峨野

▼決勝
東宇治 12（5－3、7－1）4 乙訓

○Bゾーン

▼1回戦
洛北 6－4 同志社
日吉丘 21－2 塔南
洛東 12－7 堀川
洛水 21－2 桃山

▼2回戦
大谷 19－3 洛北
西宇治 12－0 日吉丘
洛東 15－2 伏見工
洛水 8－6 北嵯峨

▼準決勝
大谷 11－7 西宇治
洛水 16－6 洛東

▼決勝
洛水 8（4－4、4－3）7 大谷

〈女子〉

[上級の部]

○Aゾーン

▼1回戦
洛水 12－9 嵯峨野
東稜 23－8 桂
塔南 13－13 洛北 抽せん

▼準決勝
東宇治 21－6 洛水
東稜 21－6 塔南

▼決勝
東宇治 14（5－1、9－1）2 東稜

○Bゾーン

▼1回戦
桃山 16－3 日吉丘
乙訓 10－9 西京商

▼準決勝
向陽 16－6 桃山
明徳商 17－9 乙訓

▼決勝
向陽 11（6－4、5－3）7 明徳商

○Cゾーン

▼1回戦
城陽 14－6 久御山
田辺 15－5 精華

▼準決勝
京都女 34－9 城陽
田辺 20－4 西宇治

▼決勝
京都女 25（15－2、10－6）8 田辺

○Dゾーン

▼1回戦
北嵯峨 10－6 鴨沂
北稜 12－0 洛東

▼準決勝

▼決勝
光華 17－7 北嵯峨
洛西 22－11 北稜
▼決勝
光華 20（12－3、8－2）5 洛西

［下級の部］
○Aゾーン
▼1回戦
東宇治 17－3 塔南
東稜 19－0 桃山
▼2回戦
東宇治 15－5 日吉丘
西宇治 8－5 明徳商
向陽 13－1 北嵯峨
東稜 16－2 西山
▼準決勝
東宇治 8－4 西宇治
向陽 12－4 東稜
▼決勝
向陽 7（5－2、2－3）5 東宇治

○Bゾーン
▼1回戦
鴨沂 4－4 洛東（抽せん）
▼2回戦
京都女 8－5 乙訓
北稜 2－1 精華
田辺 5－3 南八幡
光華 6－5 鴨沂
▼準決勝
京都女 11－0 光華
田辺 13－2 北稜
▼決勝
京都女 19（11－0、8－1）1 田辺

石川県高校総体

（5月23～26日／小松市女高、小松明峰高）

〈男子〉
▼1回戦
泉丘 22－9 寺井
▼2回戦
金沢商 18－15 松陵
金沢市工 32－8 松任
小松 21－15 二水
小松商 30－18 県工
向陽 23－23 星稜（3PTC2）
▼3回戦
羽咋 15－12 錦丘
小松明峰 46－6 大聖寺
小松工 26－14 泉丘
▼決勝リーグ
小松 19－13 金沢市工
小松工 24－11 金沢商
小松商 33－15 向陽
小松明峰 31－15 羽咋
小松工 14－13 小松
小松明峰 35－15 小松商
小松工 34－14 小松商
小松明峰 15－13 小松
小松工 21－14 小松明峰
小松 20－19 小松商

［順位］①小松工②小松明峰③小松④小松商
※小松工は9年連続15回目の優勝。

〈女子〉
▼予選1回戦
小松商 41－2 星稜
小松明峰 33－1 松任
寺井 8－7 金沢商
小松市女 38－1 短大高
▼予選2回戦
小松商 19－5 小松明峰
小松市女 21－6 寺井
▼敗者復活戦
松任 16－8 星稜
金沢商 24－3 短大高
▼決勝トーナメント1回戦
寺井 25－8 松任
金沢商 10－8 小松明峰
▼準決勝
小松商 18－7 寺井
小松市女 31－0 金沢商
▼決勝
小松商 15（7－4、8－7）11 小松市女

※小松商は2年ぶり2回目の優勝。

第30回中国一般男子選手権

（5月24～26日／境港市民体育館、境港第二市民体育館）

▼1回戦
湧永製薬（広島）36－6 鳥取大（鳥取）
岡山大（岡山）20－14 岩国ク（山口）
下関ク（山口）23－19 広島大（広島）
江津ク（島根）20－13 倉吉ク（鳥取）
アシックスク（鳥取）41－12 島根大（島根）
山口県教員団（山口）30－23 岡山教員（岡山）
岡山白桃ク（岡山）30－24 境港市ク（鳥取）
日新製鋼（広島）35－5 朝酌ク（島根）
▼2回戦
湧永製薬 42－7 岡山大
下関ク 31－26 江津ク
アシックスク 30－16 山口県教員団
日新製鋼 56－13 岡山白桃ク
▼準決勝
湧永製薬 41－10 下関ク
日新製鋼 15－14 アシックスク
▼決勝
湧永製薬 22（11－10、11－11）21 日新製鋼

第13回中国一般女子選手権

（5月26日／境港市民体育館）

▼1回戦
徳山ク（山口）21－8 広島大（広島）
アシックスク（鳥取）22－9 岡山県短大（岡山）
▼準決勝
天城ク（岡山）16－12 徳山ク
アシックスク 25－13 広島ク（広島）
▼決勝
アシックスク 28（13－7、15－5）12 天城ク

宮崎県体育大会

（5月25、26日／宮崎西高）

〈男子〉
▼1回戦
都城市 24－11 西都市
小林市 17－16 宮崎郡
宮崎市 30－12 日南市
▼2回戦
東臼杵郡 24－14 都城市
小林市 20－11 南那珂郡
延岡市 26－21 北諸県郡
宮崎市 22－18 西諸県郡
▼準決勝
小林市 31－16 東臼杵郡
宮崎市 27－22 延岡市
▼決勝
宮崎市 22（8－7、14－10）17 小林市

〈女子〉
▼1回戦
小林市 12－9 都城市
延岡市 16－9 宮崎市
▼決勝
延岡市 19（6－3、13－2）5 小林市

第18回沖縄県一般選手権

（4月20、21日／奥武山体育館）

〈一般男子〉

▼1回戦
海邦養秀 22－21 沖国大B
沖国大A 19－13 那覇高OB
首里ク 33－14 琉大OB

▼2回戦
浦添ク 33－20 海邦養秀
琉大 28－22 興南OB
コザク 31－25 沖国大A
沖縄教員 36－14 首里ク

▼準決勝
浦添ク 43－22 琉大
沖縄教員 33－20 コザク

▼決勝
沖縄教員 28（12－13、16－12）25 浦添ク

〈一般女子〉

▼リーグ戦
浦添ク 23－19 首里OG
浦添ク 25－14 北部ク
首里OB 27－23 北部ク
［順位］①浦添ク②首里OG③北部ク

〈高校男子〉

▼1回戦
浦添選抜 37－24 読谷選抜
興南選抜 23－18 豊見城選抜

▼決勝
興南選抜 26（12－8、14－11）19 浦添選抜

〈高校女子〉

▼1回戦
読谷選抜 27－12 コザ選抜
小禄選抜 11－10 首里選抜

▼決勝
読谷選抜 17（10－7、7－8）15 小禄選抜

第11回山形県春季選手権

（4月28、29日／日大山形高）

〈男子〉

▼1回戦
大石田高 13－9 山形工高
新庄工高 27－18 東根球友会
山形大 30－18 新庄ク
真室川高 23－17 大東ク
東根工高 15－13 山形東高

▼2回戦
真室川高OB 29－7 大石田高
新庄工高 27－22 大石田高矢作会
山形大 27－16 真室川高
寒河江高 16－11 東根工高

▼準決勝
真室川高OB 32－23 新庄工高
山形大 17－6 寒河江高

▼決勝
山形大 23（13－8、10－13）21 真室川高OB

〈女子〉

▼1回戦
日大山形高 30－8 竹田女高
米沢女高 19－11 竹桜ク

▼決勝
日大山形高 27（11－7、16－3）10 米沢女高

第13回沖縄県中学校大会

（5月3、4日／奥武山体育館）

〈男子〉

▼1回戦
安慶田 22－11 知念

▼2回戦
小禄 23－14 安慶田
港川 14－11 松島
コザ 24－19 神森
那覇 37－8 嘉数
石田 28－20 浦添
越来 29－11 首里

▼3回戦
仲西 20－6 東風平
鏡原 29－5 松城
小禄 31－8 港川
那覇 20－16 コザ
越来 32－10 石田
鏡原 30－8 仲西

▼準決勝
小禄 19－13 那覇
鏡原 15－9 越来

▼決勝
小禄 17（9－6、8－7）13 鏡原

〈女子〉

▼1回戦
鏡原 16－8 コザ
仲西 8－5 石田

▼2回戦
神森 14－13 鏡原
小禄 不戦勝 港川
安慶田 20－9 浦添
仲西 14－13 東風平

▼準決勝
神森 11－10 小禄
安慶田 17－5 仲西

▼決勝
安慶田 15（6－6、9－6）12 神森

山形県村山地区高校総体

（5月11日／日大山形高）

〈男子〉

▼リーグ戦
山形工 19－16 山形東
寒河江 24－5 山形東
寒河江 18－12 山形工
［順位］①寒河江②山形工③山形東

〈女子〉

▼決勝
日大山形 29－14 竹田安

山形県最北地区高校総体

（5月11、12日／真室川高）

〈男子〉

▼決勝リーグ
大石田 12－12 東根工
真室川 33－24 新庄工
新庄工 32－21 東根工
真室川 24－19 大石田
真室川 28－8 東根工
新庄工 29－15 大石田
［順位］①真室川②新庄工③大石田④東根工

第8回東北クラブ選手権

（5月18、19日／新庄市体育館）

〈男子〉

▼1回戦
仙台育英ク（宮城）24－18 真室川高OB（山形）
盛岡商友会（岩手）23－19 山形ク（山形）

▼準決勝
花巻ク（岩手）43－24 仙台育英ク
盛岡商友会 30－29 七戸ユニオン（青森）

▼決勝
花巻ク 37（21－11、16－14）25 盛岡商友会

〈女子〉

▼1回戦
竹桜ク（山形）キケン 七戸キャッツ（岩手）

▼決勝
白梅三英芙会（岩手）48（26－2、22－6）8 竹桜ク

第1回沖縄県高校1年生大会

（5月11、12日／糸満高、具志頭村社会体育館）

〈男子〉

▼1回戦
小禄 30－12 大平
那覇 15－13 沖縄工
美里 30－10 知念

▼2回戦
小禄 32－8 宜野湾
豊見城 9－8 具志川
浦添 30－2 読谷
那覇 19－14 中部工
与勝 18－13 南風原
糸満 25－7 浦添商
興南 39－6 首里東
コザ 18－17 美里

▼3回戦
小禄 34－13 豊見城
浦添 14－9 那覇
糸満 26－6 与勝
興南 26－17 コザ

▼準決勝
小禄 37－9 浦添
興南 30－11 糸満

▼決勝
小禄 19（10－7, 9－11）18 興南

〈女子〉

▼1回戦
コザ 49－2 宜野座

▼2回戦
コザ 31－12 浦添
小禄 35－2 具志川
与勝 25－1 美里
大平 10－7 読谷

▼準決勝
コザ 25－9 小禄
与勝 12－7 大平

▼決勝
コザ 33（17－5, 16－5）10 与勝

東京都民大会

（5月19、26日／東京体育館、多摩市民体育館）

〈男子〉

▼1回戦
大田区 25－18 国分寺市
墨田区 23－21 世田谷区

▼2回戦
千代田区 40－10 杉並区
国立市 30－22 江東区
大田区 22－22 足立区 3PTC1
港区 39－4 台東区
調布市 30－24 府中市
墨田区 31－20 渋谷区
新宿区 43－13 多摩市
中央区 20－17 文京区

▼3回戦
国立市 27－18 千代田区
港区 36－15 大田区
墨田区 20－13 調布市
中央区 24－16 新宿区

▼準決勝
国立市 34－21 港区
中央区 26－15 墨田区

▼決勝
国立市 24（15－6, 9－10）16 中央区

〈女子〉

▼1回戦
調布市 キケン 台東区
世田谷区 18－10 新宿区
多摩市 36－6 大田区
府中市 37－5 渋谷区

▼準決勝
調布市 39－3 台東区
多摩市 17－14 府中市

▼決勝
調布市 31（15－9, 16－9）18 多摩市

第3回千葉県クラブ春季リーグ戦

（5月19、26日／流山中央高）

▼1部リーグ
小金ク 25－10 スティラーズ
佐原ク 15－11 市川FOG
市原ク 25－15 スティラーズ
小金ク 17－15 佐原ク
市川FOG 23－16 市原ク
小金ク 29－10 市原ク
市川FOG 20－15 スティラーズ
佐原ク 21－13 市原ク
小金ク 13－11 市川FOG
佐原ク 24－16 スティラーズ

［順位］①小金ク②佐原ク③市川FOG④市原ク⑤スティラーズ

▼2部リーグ
流山中央ク 33－16 柏南ク
柏南ク 18－16 柏ク
清水ク 24－17 柏ク
流山中央ク 26－16 清水ク
流山中央ク 20－19 柏ク
柏南ク 17－16 清水ク

［順位］①流山中央ク②柏南ク③清水ク④柏ク

▼3部リーグ
沼南ク 20－14 道野辺ク
東邦ク 30－19 若松ク
若松ク 19－17 沼南ク
東邦ク 24－12 道野辺ク
東邦ク 23－11 沼南ク
道野辺ク 25－13 若松ク

［順位］①東邦ク②道野辺ク③若松ク④沼南ク

▼女子
水郷ク 12－11 佐原メッツ

［順位］①水郷ク②佐原メッツ

佐賀県高校総体

（6月1、2日／神埼農高）

〈男子〉

▼リーグ戦
佐賀農 36－14 佐賀東
神埼農 24－24 神埼
佐賀農 23－15 佐賀西
神埼農 29－15 佐賀東
神埼 24－12 佐賀西
佐賀農 21－18 神埼
神埼農 22－10 佐賀西
佐賀東 15－12 佐賀西
佐賀農 18－17 神埼農
神埼 24－16 佐賀東

［順位］①佐賀農②神埼農③神埼

〈女子〉

▼リーグ戦
神埼農 23－2 嬉野商
佐賀東 19－3 東松浦
佐賀女 10－7 神埼
神埼農 30－2 東松浦
佐賀女 18－6 嬉野商
佐賀東 11－10 神埼
神埼農 29－8 佐賀女
神埼 19－5 東松浦
佐賀東 22－7 嬉野商
神埼農 32－6 神埼
佐賀女 15－8 佐賀東
嬉野商 17－1 東松浦
神埼農 28－3 佐賀東
嬉野商 11－7 神埼
佐賀女 19－5 東松浦

［順位］①神埼農②佐賀女③佐賀東

男子23回・女子12回中四国学生春季リーグ戦

（5月4～6日／岡山市総合文化体育館、岡山大学、岡山理科大）

▼男子1部
山口大 20－19 広島大
山口大 22－21 愛媛大

▼男子1部
山口大 27－13 松山商大
山口大 25－12 岡山大
愛媛大 17－13 広島大
愛媛大 18－14 松山商大
愛媛大 16－13 岡山大
広島大 22－16 松山商大
広島大 23－13 岡山大
松山商大 13－13 岡山大
［順位］①山口大②愛媛大③広島大④松山商大⑤岡山大

▼男子2部
鳥取大 20－19 島根大
鳥取大 24－15 高知大
鳥取大 18－18 修道大
鳥取大 22－15 香川大
修道大 21－19 島根大
修道大 16－12 高知大
修道大 16－16 香川大
香川大 22－18 島根大
香川大 21－21 高知大
島根大 25－21 高知大
［順位］①鳥取大②修道大③香川大④島根大⑤高知大

▼男子3部
徳山大 26－11 徳島大
徳山大 21－12 広島工大
徳山大 33－11 岡山理大
徳山大 33－7 近大呉工
徳島大 23－12 広島工大
徳島大 24－11 近大呉工
徳島大 33－9 岡山理大
広島工大 13－9 岡山理大
広島工大 25－10 近大呉工
近大呉工 22－14 岡山理大
［順位］①徳山大②徳島大③広島工大④近大呉工⑤岡山理大

▼女子
○Aリーグ
山口大 29－11 岡山大
山口大 22－10 香川大
山口大 21－12 広島大
広島大 16－12 岡山大
広島大 20－15 香川大
香川大 24－14 岡山大
○Bリーグ
岡山県短 35－2 四国学院
岡山県短 21－12 高知大
高知大 37－10 四国学院
○5位決定戦
香川大 26－8 四国学院
○3位決定戦
高知大 15－13 広島大
○決勝
山口大 13－10 岡山県短
［順位］①山口大②岡山県短③高知大④広島大⑤香川大⑥四国学院⑦岡山大

三重県高校総体

（6月1、2日／桑名高、ジャスコ）

〈男子〉

▼1回戦
津 27－13 朝明
亀山 11－10 高田
桑名北 18－8 四日市四郷
四日市 10－7 四日市西
桑名西 22－14 海星
四日市南 20－16 尾鷲
桑名工 16－14 津西
日生第二 27－14 四日市中央工
津工 38－6 日生第一

▼2回戦
四日市工 48－5 津
亀山 18－10 桑名北
津東 16－15 四日市
桑名西 19－16 四日市南
桑名 26－8 桑名工
津工 23－15 日生第二

▼3回戦
四日市工 40－6 亀山
桑名西 18－15 津東

▼7～9位決定戦
桑名 21－6 津工
桑名北 18－11 津
四日市南 19－11 四日市
日生第二 20－11 桑名工

▼4～6位決定リーグ戦
亀山 14－13 津工
津東 15－14 津工
津東 25－8 亀山

▼1～3位決定リーグ戦
四日市工 23－8 桑名
桑名 16－13 桑名西
四日市工 30－9 桑名西

［順位］①四日市工②桑名③桑名西④津東⑤亀山⑥津工

※四日市工は14年連続27回目の優勝。

〈女子〉

▼1回戦
朝明 11－6 津西
上野 29－0 津
四日市四郷 14－3 桑名北
四日市西 17－4 尾鷲

▼2回戦
暁 45－1 朝明
亀山 11－5 桑名
四日市商 12－10 上野
津東 27－5 松阪女
四日市南 24－8 四日市四郷
四日市西 23－12 四日市

▼3回戦
暁 29－4 亀山
四日市商 23－9 津東
四日市南 21－5 四日市西

▼7～9位決定戦
四日市 18－12 四日市四郷
上野 51－5 松阪女
桑名 19－3 朝明

▼4～6位決定戦
四日市西 9－6 亀山
四日市西 18－14 津東
亀山 14－10 津東

▼1～3位決定リーグ戦
暁 17－6 四日市南
四日市商 8－6 四日市南
暁 16－10 四日市商

［順位］①暁②四日市商③四日市南④四日市西⑤亀山⑥津東

※暁は8年連続11回目の優勝。

福井県高校春季総体

（6月1、2日／羽水高）

〈男子〉

▼予選リーグ
金津 32－10 武生
金津 24－10 北陸
藤島 33－10 福井商
科技 19－16 勝山
藤島 29－12 勝山
科技 25－10 福井商
羽水 23－14 丹南
高志 29－5 丹南
北陸 21－14 武生
藤島 20－7 科技
勝山 14－13 福井商
高志 17－17 羽水

▼決勝トーナメント1回戦
羽水 16－10 科技
北陸 28－15 藤島

▼準決勝
金津 24－8 羽水
北陸 22－21 高志

▼決勝
金津 19（13－8、6－8）16 北陸

〈女子〉

▼予選リーグ
福井商 16－10 北陸
福井商 20－3 科技
高志 20－6 藤島
羽水 15－15 武生商
羽水 13－10 藤島
武生商 17－8 高志
勝山 12－6 福井女
仁愛 35－4 福井女
武生商 19－7 藤島
羽水 14－9 高志
北陸 20－5 科技
仁愛 24－3 勝山

▼決勝トーナメント1回戦
羽水 32－6 勝山
武生商 26－8 北陸

▼準決勝
福井商 10－9 羽水
仁愛 13－11 武生商

▼決勝
仁愛 23（10－3、13－3）6 福井商

第36回山形県高校総体

（6月8、9日／米沢女子高）

〈男子〉

▼予選リーグA
寒河江 23－7 東根工
真室川 29－16 寒河江
真室川 26－11 東根工
［順位］①真室川②寒河江③東根工

▼予選リーグB
新庄工 26－17 大石田
山形工 17－6 大石田
新庄工 33－17 山形工
［順位］①新庄工②山形工③大石田

▼決勝リーグ
真室川 35－15 山形工
新庄工 15－14 寒河江
寒河江 21－9 山形工
真室川 25－20 新庄工
［順位］①真室川②新庄工③寒河江④山形工

告知板

「エッセン」の日程決まる

7月24日に来日する西ドイツブンデス・リガの強豪チーム「エッセン」と対戦する日本チームと日時、場所が決定しました。

○7月27日（土）
18：00 大阪・東淀川体育館
エッセン対湧永製薬

○7月28日（日）
15：30 京都市立体育館
エッセン対全日本男子

◎昭和60年度 各都道府県協会役員名簿②

※前号でお伝えしました中でまだ知らされてなかった各県の名簿をお伝えします。

〔北海道〕
○会　長　高橋辰夫
○理事長　中村　崇
○事務局長　吉田正紀
〒064 札幌市中央区南8西2札幌星園高校内

〔岩手県〕
○会　長　小田島實
○理事長　太田利彦
○事務局長　高田敏晴
〒020 盛岡市上田3-2-1 盛岡第一高校内

〔秋田県〕
○会　長　松田光雄
○理事長　由利　弘
○事務局長　由利　弘
〒012 湯沢市新町27湯沢高校内

〔山形県〕
○会　長　仁藤清一
○理事長　会田恒雄
○事務局長　奥山重雄
〒990 山形市上町4丁目7-14㈱山形標準内

〔福島県〕
○会　長　宗形守敏
○理事長　関川正道
○事務局長　斎藤昌巳
〒960-06 伊達郡保原町元木23保原高校内

〔埼玉県〕
○会　長　畑　和
○理事長　遠藤健次
○事務局長　金子永治
〒335 戸田市新曽1093　戸田高校内

〔神奈川県〕
○会　長　若崎重富
○理事長　佐分正典
○事務局長　池田和男
〒232 横浜市南区三春台4 関東学院高校内

〔長野県〕
○会　長　木下秀男
○理事長　加藤雅之
○事務局長　高橋重雄
〒384 小諸市紺屋町2丁目4-13

〔京都府〕
○会　長　立石孝雄
○理事長　小西博喜
○事務局長　吉田博二
〒525 草津市下笠町松原289-2

〔兵庫県〕
○会　長　三浦和夫
○理事長　梅田幹夫
○事務局長　畑　憲佐
〒653神戸市長田区寺池町1-4-1兵庫高校内

〔島根県〕
○会　長　小路昌弘
○理事長　上田正吉
○事務局長　奥川　恵
〒695 江津市都野津町　江津高校内

〔香川県〕
○会　長　森　住雄
○理事長　松原　忠
○事務局長　槙井俊明
〒761高松市鬼無町山口257-1高松西高校内

〔徳島県〕
○会　長　柴田嘉之
○理事長　東條　敬
○事務局長　坂井良至
〒791 松山市久万ノ台甲1485-4 松山西高校内

〔佐賀県〕
○会　長　水田正文
○理事長　甲斐忠義
○事務局長　末次　功
〒842佐賀市北川副町大字木原五本柳100佐賀東高校内

〔長崎県〕
○会　長　田中丸善一郎
○理事長　原田国男
○事務局長　原田国男
〒852 長崎市岩屋町637 長崎工業高校内

〔熊本県〕
○会　長　後藤常男
○理事長　藤田八郎
○事務局長　島田秀四
〒860 熊本市黒髪3丁目12-16九州女学院内

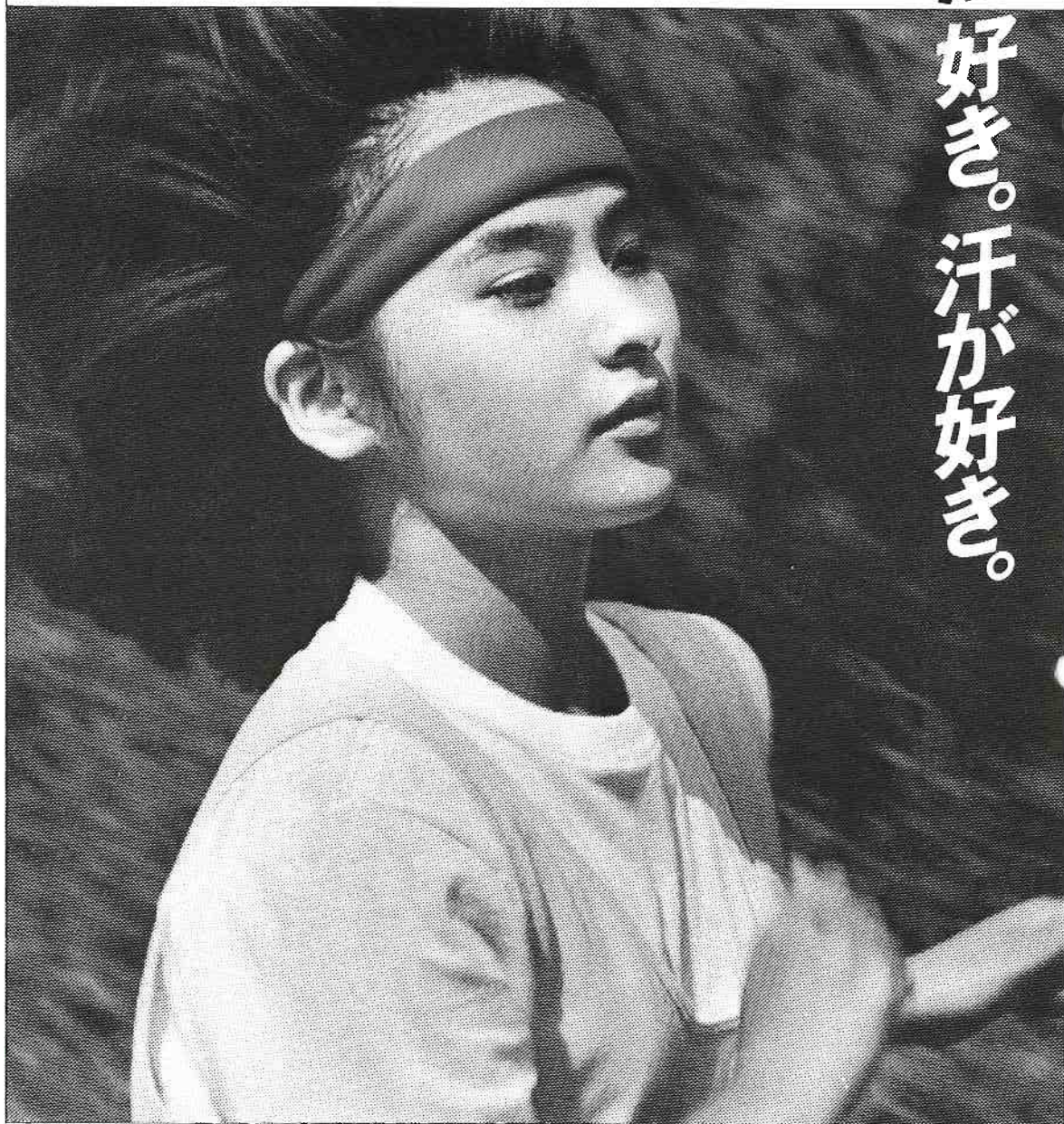
〔大分県〕
○会　長　脇屋長可
○理事長　福田　稔
○事務局長　一万田尚登
〒870 大分市大字西の洲 新日鉄大分製鉄所内

〔鹿児島県〕
○会　長　増田　静
○理事長　堀ノ口貞男
○事務局長　岡山明弘
〒891-01 鹿児島市上福元町.鹿児島南高校内

〈訂正〉
前号でお伝えしました各委員会の名簿の中で、「クラブ委員会」の委員の中に訂正がありますのでお知らせ致します。
〈東北〉　豊田忠夫
〈北信越〉山川博行
〈中国〉　未定
以上のようにご訂正下さい。

好き。汗が好き。

笑顔があります。涙があります。
躍動があります。記録への挑戦があります。
チームプレイの和があります。
からだを動かしていると
人生の大切なものがたくさん見えてきます。
新日鉄は、スポーツを通し
心身を鍛える皆様に声援をおくります。

新日本製鐵

（財）日本ハンドボール協会編
『ハンドボール』
第二四二号
昭和四十年六月七日 第三種郵便物認可
昭和六十年六月二十五日 印刷
昭和六十年七月一日 発行
東京都渋谷区神南一ー一ー一
電話 代表（481）二三六一
振替 東京 六ー五八四八番
編集兼発行人 大野金一
定価三百五拾円
（年間購読料三千三百円）